

مجلة فصلية، تعنى بشؤون المرأة والأسرة، تصدر عن وحدة الإصدارات
قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة الكاظمية المقدسة
العدد (٦٢) / السنة الرابعة عشر / ١٤٤٢هـ - ٢٠٢١م





مجلة فصلية تعنى بشؤون المرأة والأسرة / تصدر عن وحدة الإصدارات قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة الكاظمية المقدسة
العدد ١٢١ / السنة الرابعة عشر ١٤٤٢هـ - ٢٠٢١م / رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق (١٥١٤) لسنة ٢٠١١م
زورونا www.aljawadain.or راسلونا: (@GofrabAbd12345Bot) (flowers@aljawadain.org)

في هذا العدد













طاقة دونها الطاقات

كل من يتصفح تاريخ الطف لا يخامره أدنى شك حول محورية المرأة في تلكم النهضة المباركة، لقد انتقى سيد الشهداء (عليه السلام) ثلةً من النساء واصطحبهن معه في معركته ضد الباطل إيماناً منه بعظيم دورهن في إتمام أهداف نهضته، وعقيلة بني هاشم كانت في مقدمة ركبه النسوي، فهي شريكته في نهضته وخير من أوصل رسالته بعد شهادته، لذلك سجلت لها صفحات التاريخ أبهى صورة للأخوة والفداء والشجاعة. ففي إطارٍ دامٍ ورهيب، وبعد أن قُتل كل الرجال، خرجت العقيلة زينب (عليها السلام)، تعدو نحو ساحة المعركة، غير عابئة بصفوف الجيش الأموي المدجج بالسلاح، لتقف على جسد سيد الشهداء، الذي مزقته السيوف، ثم رفعت بصرها نحو السماء، وهي تدعو بكل ثبات: (اللهم تقبل منا هذا القربان). في تلك اللحظة الحاسمة تتجلى معنويات العقيلة، ومدى قوة إيمانها. ففي ذروة المأساة، وقمة المصيبة، تتقرب إلى الله بأحب ما عندها وفي أعلى مستويات الإرادة والاختيار واليقين والبصيرة. فلم يشغلها المصاب الهائل ولم تقعد بها الشدائد عن المضي قدماً في طريق الإيجابية والرضا التام بقضاء الله وقدره. هكذا اختارت السيدة زينب دورها في ثورة الإمام الحسين بوعي لا حدود له، وإدراك عميق، فاستطاعت بنجاح بالغ أن تدير ألمها بما يخدم قضيتها الأولى وهي قضية الطف، ولم تسمح للحزن أن يستأثر بها، بل كانت صاحبة مشروع ثوري، إذ قامت بأدوار مهمة للغاية كان في مقدمتها الكشف عن مخازي الأمويين بعد أن أوضحت المسوغات الشرعية لقيام الإمام الحسين (عليه السلام) وعبأت الرأي العام بحصيلة المفاهيم التي نهض من أجلها الإمام الشهيد.

نستشف من ذلك أن شأن المرأة عظيم ودورها كبير، فهي الحاضنة والراعية للرجال وهي التي تزرع في نفوسهم الهمم العالية والقيم النبيلة، فلو لم تكن المرأة مصدراً يلهب الطاقة وروح الحماس لم يطلب المرجع الأعلى السيد علي الحسيني السيستاني (دام ظله) أن تؤدي المرأة الدور المرجو منها في معركتنا ضد داعش وتنهض بمهامها وتتحمل مسؤولياتها في مساندة الرجال ومؤازرتهم ورفع روحهم المعنوية وشحذ هممهم في ظرفٍ شديد الخطورة، حيث قال موصياً: (على الأم أن تحث ابنها وعلى الزوجة أن تحث زوجها على الصمود والثبات دفاعاً عن حرمات هذا البلد ومواطنيه). لقد أعطت تلك الالتفاتة من المرجعية الدينية العليا صورة جميلة أيّما جمال في ضرورة استثمار طاقة المرأة في جميع أدوار الحياة حتى الجهادية منها، كونها حجر الزاوية لهذا المجتمع وترسانة قوته.

سكرتير التحرير





أموال الدولة

www.sistani.org

السؤال: هل يجوز التصرف بأموال الدولة؟

الجواب: بالنسبة للمعاملات التي تجريها الدولة رعاية للمصلحة العامة مثل شراء الأدوية فسماحة السيد (دام ظله) يمضيها والدولة بالنسبة إليها مالكة، وأما المعاملات التي لا شأن لها بالمصلحة العامة مثل شراء الأسلحة فسماحة السيد (دام ظله) لا يمضيها ولا تكون الدولة بالنسبة إليها مالكة ولكن (بصورة عامة) سماحة السيد لا يجيز التصرف في أموال الدولة إلا إذا تم الحصول عليها بالطرق القانونية المرعية. وبغير ذلك لا يجيز التصرف فيها نهائياً فالسرقة والاختلاس والخدعة وأمثالها أساليب لا يجيزها بالنسبة لأموال الدولة بتاتاً.

السؤال: هل يجوز أخذ شتلة زرع (فسيلة) أو بذرها من دائرة حكومية؟

الجواب: لا يجوز من دون إذن المسؤول.

السؤال: ما حكم من استأجر سيارات عائدة للدولة من قبل سائقيها علماً إنهم غير مخولين باستخدامها لأغراضهم الشخصية؟ وما حكم الأموال المدفوعة على كلا الطرفين؟

الجواب: لا يجوز ولا تحلّ الأموال لهم.

السؤال: ما حكم سرقة أموال الدولة التي لا تحكم بالشريعة الاسلامية ولا تعطي الشعب حقه؟

الجواب: لا يجوز.

السؤال: ما حكم الأدوات التي نأخذها من المستشفى مثل المناديل الورقية والقفازات والأدوات الباهظة الثمن التي لا علاقة لها بالدراسة وكذلك أدوات التي نحتاجها في حياتنا عند المرض مثل العكازات وغيرها من دون اذن إدارة المستشفى؟ وماذا يجب علينا فعله؟

الجواب: لا يجوز إلا بإذن المسؤولين في المستشفى أو الكلية ويجب إرجاعها مع الإمكان وإلا فيتصدّق بمبلغها على الفقير المتدين.

السؤال: هل يجوز استخدام بعض الأجهزة كالهاتف أو آلة طابعة في الدوائر لغرض شخصي، وان كان لضرورة؟

الجواب: يتبع الشرط في عقد التوظيف فإن كان عدم الاستخدام شرطاً في العقد الوظيفي ولو بنحو العموم فلا يجوز.

السؤال: هل تجوز الاستفادة من الأجهزة التي هي بذمتي والعائدة إلى الدولة لأغراض شخصية مع عدم الإضرار بها؟

الجواب: لا يجوز.

السؤال: شخص يعمل عامل بناء وعند الوصول إلى مقر العمل تبين له أن مواد البناء مسروقة من الدولة فهل يجوز له العمل؟ وهل يستحق الأجرة؟

الجواب: لا يجوز ذلك ويستحق الأجرة إذا كان صاحب العمل قد غرّه.

السؤال: قام بعض الأشخاص ببيع المواد التي استحوذ عليها أو قبلها بعنوان هدية من الناهب فما حكم الأموال الآن؟

الجواب: يتصدّق بقيمتها على الفقراء المتدينين.

السؤال: ما هو حكم الأموال مجهولة الملكية. وهل هناك إذن من سماحتكم بالأخذ منها؟

الجواب: لا إذن بذلك.

السؤال: هل يجوز شراء الأغراض المسروقة من ممتلكات الدولة من السوق وتخميسها للحاجة الماسة إليها؟ وكيف إذا اختلط المسروق بغير المسروق؟

الجواب: لا يجوز التعامل بالمسروق مطلقاً وأما إذا اختلط بالمال الحلال فلا يجب الاجتناب عما تشتريه من السوق إلاّ إذا عُلِم أن هذا الشيء بعينه مسروقٌ فيجتنبه.

السؤال: هل يجوز بناء دار سكن على أرض تابعة للدولة من دون أخذ الموافقات الرسمية مع العلم بأنني لا أملك أية دار للسكن وليس بإمكاني استئجار دار في الوقت الراهن؟

الجواب: لا يجوز إحياء الأرض الموات إلا بإذن الجهات المسؤولة ذات الصلاحية حسب القانون.

السؤال: هل يجوز السكن في البنايات التابعة لدوائر الدولة بدون أخذ الموافقات الرسمية مع العلم لا أملك أي دار للسكن وليس بإمكاني إيجار دار في الوقت الراهن؟

الجواب: لا يجوز إلا بإذن الجهة المسؤولة.

السؤال: هل تأذنون لنا بالانتفاع والتصرف ببعض الأمور التي تعتبر مجهولة المالك كاستخدام الهاتف وتصوير المستندات وغيرها؟

الجواب: لا نأذن بالتصرف في أموال الحكومة في الدول الإسلامية بغير الطرق القانونية بأي نحو من الانحاء.

السؤال: هل يجوز إيقاف عدّاد الكهرباء، أو الماء، أو الغاز، أو التلاعب به في الدول غير الإسلامية؟

الجواب: لا يجوز ذلك.

السؤال: اشتريت سلاحاً من أحد الأشخاص فتبين أن السلاح قد استلمه من النظام السابق وقد اشتريته منه لغرض الحفاظ على النفس فما حكم الشراء؟

الجواب: لا يجوز ويجب إرجاعه إلى الجهات المعنية بذلك.

السؤال: شخص أوصل التيار الكهربائي إلى منزله من عمود الكهرباء الواقع بجانبه من دون استحصال الموافقات الرسمية فما حكمه؟

الجواب: لا يجوز وهو ضامن للقيمة.

السؤال: إني أملك (مكتبة) مبنية على أرض تعود ملكيتها إلى أمانة بغداد بنحو تجاوز وبعلم الأمانة فهل المال العائد منها حلال أم حرام؟

الجواب: الأموال العائدة من العمل لا إشكال في ملكيتها، ولكن يجب عليك السعي لتحصيل موافقة الجهات الرسمية المختصة لتصحيح التصرف في الأرض.



تأمّلي أُختاه!!

كوثر العزاوي

العفّة الزينبية إنموذجًا ينبغي أن يتجلّى اليوم في محطاتٍ معنوية تمثّلها الفتاة والمرأة التي تنتمي عقائديًا للخط الزينبيّ ذي النهج المحمديّ الأصيل الذي أولدَ مثل الزهراء فاطمة وابنتها عقيلة بني هاشم "عليهما صلوات الله وسلامه".

فسطع المَثَلُ الأعلى بمعاني العفة والعفيفات، ولأننا نعيش إحياء ذكرى فاجعة الطف الأليمة وما قد أثمرت من دروس وعِبَرٍ، عِبرَ عناوين عديدة وكل عنوان له أبعاده وتفاصيله وليس ثمة عقل يمرّ ولايتأمّل ثم لا يحظى بثمرة طيبة!

ولعل أبرز ما لفَت بصائر المؤرخين هو تلك المرأة الأنموذج -زينب- التي بلغت من الحرص على الحجاب والستر مبلغًا للحدّ الذي جعلها أول ما وبَّخت به يزيد الطاغية "عليه اللعنة" رغم كثرة جرائمه وعِظمها هو جُرمِه لهتك ستور النساء وتعريضهن لأنظار القوم في مسير السبي بقولها عالي المضامين:

(أَمِنَ الْعَدْلِ يَا ابْنَ الطُّلَقَاءِ تَخْدِيرُكَ حَرَائِرَكَ وَسَوْقُكَ بَنَاتِ رَسُولِ اللَّهِ سَبَايَا؟؟ قَدْ هَتَكْتَ سُتُورَهُنَّ وَأَبْدَيْتَ وُجُوهَهُنَّ يَحْدُو بِهِنَّ الْأَعْدَاءُ مِنْ بَلَدٍ إِلَى بَلَدٍ وَيَسْتَشْرِفُهُنَّ أَهْلُ الْمَنَاقِلِ وَيَبْرُزْنَ لِأَهْلِ الْمَنَاهِلِ وَيَتَصَفَّحُ وُجُوهَهُنَّ الْقَرِيبُ وَالْبَعِيدُ وَالْغَائِبُ وَالشَّهِيدُ وَالشَّرِيفُ وَالْوَضِيعُ وَالدَّنِيُّ وَالرَّفِيعُ)

ولا عجب !! فإن الحجاب والعفاف قد رافق حياة هذه العظيمة ومن معها من النساء والفتيات، ألا يجدر بنا نحن النساء العارفات بزينب وأمها ﷺ أن نُعلّم ونوجّه الفتيات الى ما وراء تلك السطور ومعانيها؟!! ألا يجدر بنا أن نعي مقالَ السّبايا بقيادة أم المصائب زينب عندما أجمعنَ على الطلب من الأعداء بقولٍ يحمل أعلى مراتب العفة والفضيلة: أن (قد خُزينا من كَثرةِ النّظرِ إلينا).

تُرى أيُّ رسالة تريد أن توصلها قدوة النساء عبر قرون من الزمن وقد ثبّتها التاريخ مفتخرا لتصلَ إلى الأسماع جيلاً بعد جيل "وتَعِيَها أُذُنٌ وَاعِية".

ونحن بصدد إحياء ذكرى فاجعة الطف وما تبعها من المصائب والويلات لا بد لنا أن نستعبر دروسها ونقتفي أثر سيدة العفاف والحجاب ونحافظ على قيمة المرأة المؤمنة ونبتعد كل البعد عما تفعله نساء غيرنا من اظهار التبرج والزينة وننأى بأنفسنا عن مواكبة ما يجري في قنوات التواصل الاجتماعي المسيء لشخصية المرأة، والحذر من الانتماء إلى من يعرضن صورهن في منصاتها لينظر إليهن العدو والصديق، وأن يكون قول عقيلة البيت الهاشمي مفردة مهمة في حياتنا اليومية:

(ويتصفح وجوههن القريب والبعيد والغائب والشهيد والشريف والوضيع والدني والرفيع).

مصحف البَرَكة



رجاء محمد بيطار/ لبنان

أستغرب كثيرًا حينما أسمع جدتي تتنهّد وتقول:

- رحم الله أيامنا، كانت ملأى بالبركة... ليست كهذه الأيام!

وأتعجّب من نظرة والدتي إلى والدي حينما تذكّره بدرّاجته الهوائية التي كان يستخدمها للتنقّل بين البيت والمدرسة حينما كان يافعًا، وكانت هي بنت الجيران المصون، ويتحسّران معاً على تلك الأيام المباركة التي لن تعود!

ترى، لماذا يحنّون إلى أيام التعب والمشقّة، وينفرون من هذه الأيام، رغم وسائل الراحة الحديثة المتوافرة الآن؟!...

لعلني لم أفهم ذاك اللغز حقًّا إلا حينما هلّت بوادر الشرور التي حملتها لنا الحضارة المزعومة، متمثّلةً بهذا الوباء المحيّر الذي أكل الشباب والشيب، وأرعب قلوب البعيد والقريب، وغدت كل دول العالم المتقدّمة والمتأخّرة نهبًا لهجومه العجيب.

لا أريد أن أحلّل سببه ومنشأه، ولا أن ألاحق تفاصيل رحلته المسعورة التي امتطى فيها أنفاس البشر ليحطّ الرحال في كلّ مكان، بل أريد أن أرصد ما فعله بنا، نحن الرابضون نراقب ما يجري بحذر، نقوم بوقاية أنفسنا وأحبّائنا ونحجر على أبداننا في بيوتٍ من حجر... ترى، ماذا أغنتنا وسائل الراحة الحديثة المتوافرة لنا في منازلنا هنا وهناك؟!

قد أضحك من نفسي وأنا أتساءل، فلولا هذه الوسائل التي قرّبت البعيد وفتحت أبواب المسافات واختصرت المهمات، لكان الحجر أصعب وأشقّ، ولكنني مع ذلك أسأل:

- من مِنّا لم يصبه الملل القاتل جرّاء هذه الوسائل؟!... من منّا لم يحنّ إلى الزيارات والجلسات الودّية مع الأهل والأصحاب؟!... بل من منّا لم يحنّ إلى النهوض باكرًا والاستعداد للمدرسة والتقاء الزميلات على مقاعد الدراسة وتجاذب أطراف الحديث؟! و... و...

كلها أمورٌ كانت تمرّ علينا مرورًا ثقيلًا، وكنّا نستبطئ الزمن الذي يعود بنا إلى البيت لنتكاسل على الأرائك ونسترخي بعد يومٍ متعب... لقد غدت كلّ أيامنا تكاسلًا واسترخاءً، وصارت وسائل الراحة والبيوت المغلقة سجونًا بلا سجّانين، فماذا يدّخر لنا هذا الزمن الصعب بعد؟!

أعلم أنني أتحدّث بلهجة المسنّين، وأن هذه المحنة الإنسانية قد أهرمت صبانا، نحن جيل العصرية والتكنولوجيا، المغترّين بما لدينا، غافلين أن لحظةً واحدةً من ذاك الزمن الذي لا نعرفه، والذي عاشه آباؤنا وأجدادنا وتحسّروا عليه، تساوي كل هذا العصر الموبوء بما فيه... لقد كان حقًّا زمن البركة...

أطال الله عمرك يا جدّتي الغالية، وحماك لنا من كلّ سوء، ورعاكما الله يا والديّ الحبيبين، وحفظ لنا ذكرياتكما الحلوة، التي تضيء عتمة ليالينا بشعاع الأمل...

أعلم أننا جميعًا نحاول أن نقوم في هذه الأيام بما يتوجّب علينا فعله، نحو أنفسنا باستثمار الوقت الفارغ في نشاطاتٍ بيتية ومطالعةٍ مفيدةٍ أحياناً، ونحو أهلنا إذ نحميهم من الوباء بالوقاية والتعقيم، ونحو الآخرين بالمساعدة ما أمكننا ذلك.

ها هو أبي يُسهم بجزءٍ من مرتّبه المحدود في دعم بعض من نكبهم المرض، صدقةً لسلامة وسرور قلب صاحب الزمان ﷺ، وها هي أمي قد ضاعفت من دوام عملها في التمريض، بعدما بدأت جائحة الوباء تحلّ في الأنحاء، وذلك لتقوم بمهمتها الإنسانية خير قيام...

لقد اعترض عليها أخي حسن حينما أخذت قرارًا بذلك، وسألها:

- ألا تخشين من العدوى يا أمي؟! إن لم يكن من أجلك فمن أجل جدتي، فهي امرأةٌ عجوز، وقد يودي بها المرض إن أصابها لا سمح الله!

لقد تطوّعت جدتي يومها بالإجابة لتقول بحنانها المعهود:

- لا تقلق يا بني، فأمك تقوم بواجبها المفروض، وهي تحتاط وتنتبه، أما إذا فكّر جميع الممرضين والأطباء بهذا الشكل، فمن يعتني بالمرضى والمصابين؟!

وأمّن أخي الأكبر أحمد على كلامها بقوله في لهجة الخبير، انطلاقًا من رؤيته الإعلامية، وهو إعلاميّ العائلة المستقبليّ:

- الأوبئة يا أخي أمورٌ تكشف عن مسؤولية البشر بعضهم نحو بعض، فإذا تهرّب منها خطّ الدفاع الأول، أي الأطباء والممرضون، غدت جبهة المجتمع مكشوفة، وفتك المرض بالكبار والصغار، ونلنا وبال أمرنا لا سمح الله...

لقد تراجع حسن عن موقفه بعد ذلك الهجوم الكاسح قائلًا باستسلامٍ مطعّمٍ بدعابةٍ مستحبّة، كان يحسن من خلالها التملّص في المواقف الصعبة:

- أشعرتموني أني أتآمر على مصلحة المجتمع العليا... إن هو إلا رأيٌ أبديته، وقد أقنعتموني... نسأل الله الحفظ والسلامة لأمي وجدتي وأبي ولنا جميعًا، ولكل البشر الأبرياء، ونسأله أن يكشف هذا البلاء عن الإنسانية جمعاء...

تدخّلت زينب، التي كانت حتى تلك اللحظة مستلقيةً على الأريكة وهي تحمل بين يديها جهاز الآيباد خاصتها، وتتابع قناةً خاصةً بقصص الأنبياء المصورة، كنت قد ساعدتها على تنزيلها عن الانترنت، وهتفت بصوتٍ مهموم:

- ترى، ما حال مولانا صاحب العصر والزمان الآن؟!... هل يمكن أن يصيبه الوباء؟!

تنهّدنا جميعًا للفكرة المرعبة، واغرورقت عيناي بالدموع وأنا أتطوّع بالإجابة:

- إنه بحفظ الله يا أختاه، ولكن ما يؤذي قلبه الحبيب أكثر من أي وباء، هو تقصيرنا في حقّ بعضنا في هذا الزمن العصيب، وفي حقّ أنفسنا... أنا أظنّ أن الفرصة الآن متاحة لخدمة الناس بكل ما نستطيع، ولتهذيب أنفسنا بتنظيم أوقاتنا واستثمار هذا الفراغ المريع... ألا ترون معي أن كلّ ما نمرّ فيه يمكن أن يضيف إلينا جديدًا؟!

مسحت أمي على رأسي ببسمةٍ مطمئنة، ورمقتني جدّتي بنظرتها الوادعة خلف نظّارتها المسنة، وتناولت مصحفها الذي لا يفارق حضنها، وفتحته وراحت تتلو بصوتٍ خافت، فارتفع صوت أبي الذي دخل في تلك اللحظة عائدًا من عمله، يقول بصوتٍ عميقٍ من خلف كمامته قبل أن يخلعها:

- ارفعي صوتك بالتلاوة يا أمي، فالقرآن يملأ القلوب والبيوت بالأمان، ودعونا ندعُ لسلامة صاحب الزمان وتعجيل فرجه، ... "ألا بذكر الله تطمئنّ القلوب"!

وهي توقد الشمعة الرابعة عشر لتأسيسها

مجلة زهور الجوادين تقيم ندوة فكرية



تزامناً مع دخول عامها الرابع عشر تواصل "مجلة زهور الجوادين" شَقَّ طريقها نحو النجاح والإبداع الفكري والثقافي والإعلامي، بخطوات ثابتة وثقة عالية نابعة من إيمانها بأهمية الرسالة التي تحملها، وعِظم المهمة التي تضطلع بها، منطلقة في مواصلة هذه المسيرة المعطاء من الفكر النيّر لأهل بيت النبوة (عليهم السلام) وثقافتهم الأصيلة التي جسّدت كلّ القيم الرسالية الحقّة، مستمدة طاقاتها وديمومتها من نهج الإمامين الكاظمين (عليهما السلام) الواضح والداعي إلى إصلاح الأسرة المُسلمة والسعي إلى نشر العلم والأخلاق والفضيلة.

وبهذه المناسبة المباركة أقامت الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة/ قسم الشؤون الفكرية والثقافية، في رواق سيدنا عبد الله بن عبد المطلب (عليه السلام) الندوة الفكرية النسوية تحت شعار: (المرأة والحِراك الإعلامي أسباب التراجع وطموحات النهوض) وتكريم الفائزات بمسابقة القصة القصيرة، بحضور نائب الأمين العام للعتبة الكاظمية المقدسة المهندس سعد محمد حسن، وعضو مجلس الإدارة والمُشرف على قسم الشؤون الفكرية والثقافية المهندس جلال علي محمد، ونخبة من الشخصيات العلمية والأكاديمية، وممثلي الأقسام الفكرية والثقافية والإعلامية في المؤسسات الحكومية.

استهل الحفل بتلاوة من الذكر الحكيم، بعدها قُرِئت سورة الفاتحة المباركة ترحماً على أرواح الشهداء وتلتها أنشودة الفردوس، أعقبتها كلمة الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة ألقاها نائب أمينها العام جاء فيها: (اهتمت الشريعة الإسلامية اهتماماً كبيراً بالمرأة وبمكانتها في المجتمع، وبينت مقامها ودورها في التربية والتعليم ولم يغبن حقها القرآن الكريم، بل جعلها حاضرة مع الرجل، وأشار إليها في بعض آياته حينما لم يفرّق الله تعالى بين الذكر والأنثى في العمل والجزاء، فالحياة لا تستقيم إلا بتكاتف الرجل والمرأة معاً وكلاهما يكمل الآخر، كلٌ في دائرة اختصاصه. ومن هذا المنطلق اهتمت الأمانة العامة للعتبة الكاظمية









المقدسة ضمن نشاطاتها المختلفة بالمرأة، ومنها صدور مجلة زهور الجوادين التي تعنى بشؤون المرأة والأسرة وها نحن اليوم نلتقيكم في هذه الندوة الفكرية لمناسبة مرور أربعة عشر عاماً على تأسيس هذه المجلة التي أسهمت في إثراء الجوانب الإعلامية والفكرية والثقافية وبيان سمو مكانة المرأة المسلمة وحقوقها وواجباتها ودورها الكبير في بناء المجتمع.



إن التميز في الإعلام المنصف والصادق ما هو إلا منارة للإبداع والثقافة، فالإعلاميون تقع عليهم مسؤولية الحِراك الثقافي وتصحيح المسارات المنحرفة وهم أداة مهمة في بناء المجتمع وتوجيه مكوناته نحو بوصلة الحقيقة والكمال المنشود، ولا يمكن والحال هذه تجاهل دور المنظومة الإعلامية، فمن يتابع حالة الحراك الإعلامي يدرك أنه قد أصبح للمرأة جزء لا يستهان به في صياغة الخطاب الإعلامي العام، فالمرأة تمثل عنصراً شريكاً وفعالاً في المعادلة الإنسانية والحضارية، فإذا أردت أن تهدم مجتمعاً فعليك بإقصاء نسائه من الحراك التنموي العام..)

وقد هنّأ السيد نائب الأمين المحترم قسم الشؤون الفكرية والثقافية وأسرة تحرير مجلة زهور الجوادين بهذه الذكرى السنوية وعقدهم ندوة تركز على دور المرأة في الإعلام داعياً لهم بمزيد من التألق والإبداع.. فضلاً عن تنظيمهم مسابقة القصة القصيرة الخاصة بالنساء.

تلتها كلمة قسم الشؤون الفكرية والثقافية ألقاها فضيلة الشيخ عَدِي الكاظمي بين خلالها قائلاً: (كانت هناك كثير من المحطات لمجلة زهور الجوادين المباركة منها إقامة الندوات والمسابقات الخاصة بالنساء، وأخيراً كانت مسابقة كتابة القصة القصيرة، حيث وصل عدد المتسابقات إلى (٩٠) مشاركة من داخل العراق وخارجه، وهذا يدل على أن الكلمة



الصادقة حينما تصدر من قلوب طاهرة تصل إلى أبعد مسار كما ورد في الحكمة: ما يخرج من القلب يدخل إلى القلب، وبهذه المناسبة أعلن من هذا المنبر الشريف عن وجود دورة تطويرية وورشة عمل في مجال كتابة القصة القصيرة عِبر وسائل التواصل الاجتماعي نسعى من خلالها إلى تدريب الأقلام المتبدئة والواعدة وتنمية مهاراتها).

بعدها شهدت الندوة استعراض تقرير تلفزيوني أعدته شعبة الإعلام/ وحدة قناة الجوادين حول مسيرة زهور الجوادين ومشوار مسابقة القصة القصيرة، لتبدأ بعد ذلك جلسة الندوة العلمية لمناقشة عدد من الأوراق البحثية، فكان البحث الأول بعنوان: (الإعلام النسوي في العراق ومتغير التحديات) للباحثة د. بيان العريض، وكان البحث الثاني بعنوان: (تجربة الإعلام النسوي/ مجلة زهور الجوادين أنموذجاً) للباحثة منتهى محسن.

واختتمت الندوة بتكريم رئيس الجلسة والباحثتين، وتكريم لجنة فحص النصوص القصصية والتي كان ضمنها الروائية والكاتبة اللبنانية رجاء محمد بيطار والتي تواصلت مع الجهة المنظمة من خلال شبكة الانترنت، وتكريم الفائزات حيث احتلت المرتبة الأولى المتسابقة أطياف رشيد مجيد عن قصتها (ملاك أسمر)، وجاءت بالمرتبة الثانية المتسابقة هبة الله محمد من جمهورية مصر العربية عن قصتها (الساقية)، أما بالمرتبة الثالثة فكانت المتسابقة هالة الجبوري عن قصتها (وجعلنا بينكم مودة ورحمة)، فضلاً عن توزيع الشهادات التقديرية لجميع المشاركات.

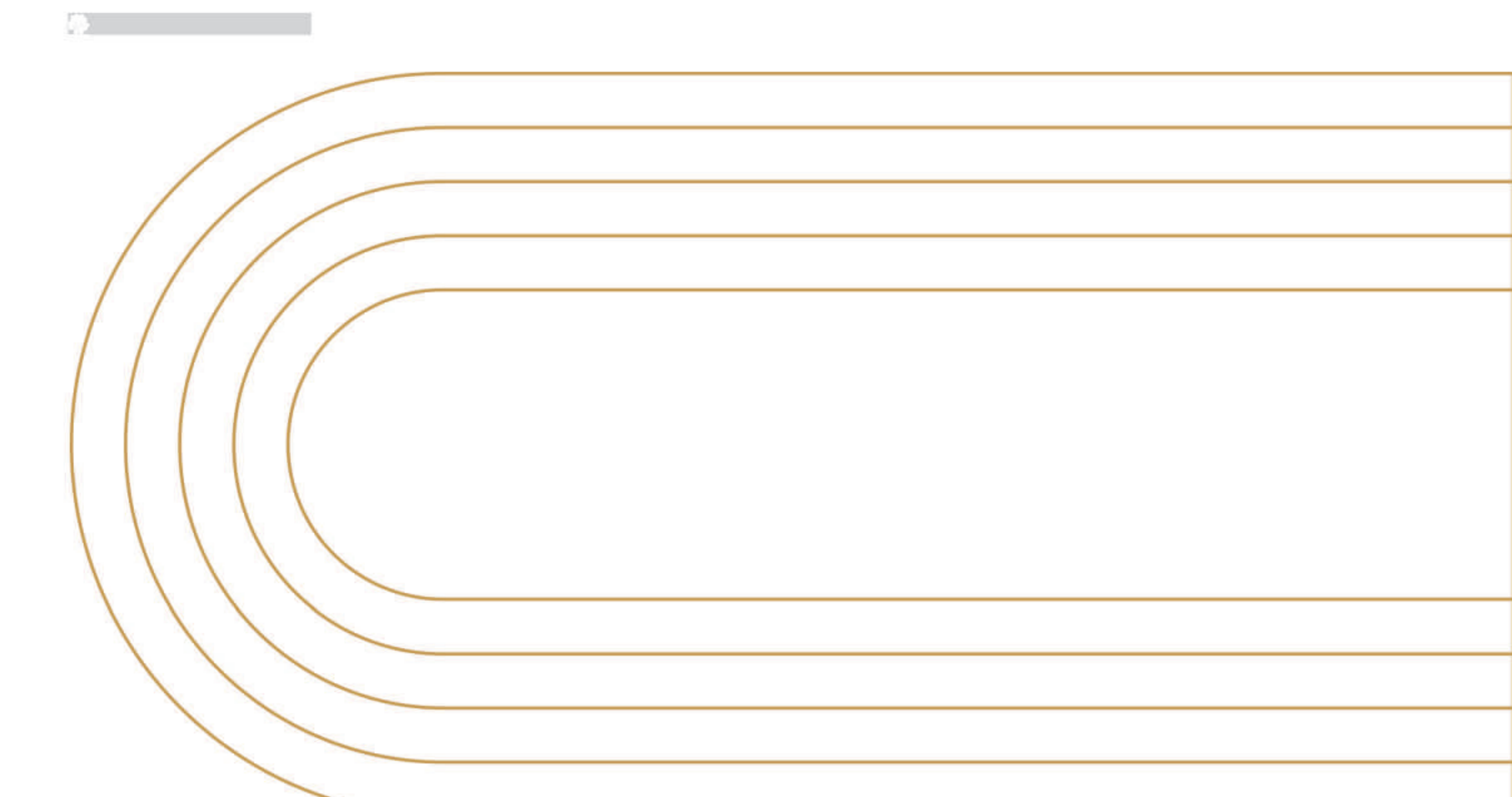




القصة الفائزة بالمرتبة الأولى في مسابقة القصة القصيرة التي أقامتها العتبة الكاظمية المقدسة بمناسبة دخول مجلة زهور الجوادين عامها الرابع عشر

أطياف رشيد مجيد
رسم: جلال علي محمد

يمرُ الوقتُ حاداً ليس بالإمكان أن تتلمسَ يدي اليسرى مسافة أبعد من ساقي، حركتُ بصعوبة أصابعي وددتُ أن أختبر مدى إصابتي أو ما بقي سالماً من جسدي، ولكني كنت كمن ثبت بالأرض، قبضتُ على حفنةٍ من تراب لملمتها بأصابعي كان التراب طرياً جداً ودافئاً. ذراعي الأيمن تحت صدري محتضنة البندقية التي تكاد تنغرزُ بين أضلعي بقيتُ هكذا لوقت لم أتبين حدوده منكباً على وجهي بالكاد أسحب أنفاسي تحت الركام والتراب. كان الهواء الممزوج بالتراب والدم يخدش أنفي وصولاً إلى رئتي، أشعرُ كما لو أني مدفون فيه. أسمعُ صفيرَ قفصي الصدري، هل يمكنني عدّ هذا بارقة أمل كوني أتنفس في أقل تقدير.



الأفكار في أوقاتٍ مثل هذه كثيراً ما تكون سوداوية، إذ يضعفُ الأمل وتتعمق الفجوة نحو الحياة وتضفر للموت حبائل متينة تجر الروح والأفكار نحو المجهول. الأفكار.. الأفكار.. لماذا تسيطر على رأسي الآن؟ ربما تكون تأثيرات الفلسفة، القسم الذي أدرسه هي التي تحاول أن تحلل وتلسف ما حولي الآن.

في ساعات المعركة كان الاندفاع إلى أمام واختراق صفوف العدو لا يقف أمامه لحظة تفكير أو تأنٍ.. ساعات من العزيمة والثبات إذ تسابقت فيها الوطنية والشهادة، الإنسانية والواجب المقدس. الأفكار حينها لا تكون أفكاراً محضة، بل تتحول إلى خارطة ترتسم فيها خطوتك وتمهد كل الدروب، الوجهات، أو أن شئت فضاءات الوصول والذي هو غاية كل جندي في صفوف الحشد الشعبي، أن تصل إلى الوجهة التي اخترت بدايتها، تحرير الأرض رأسي ثقيل تتناهبه صور اللحضات الأخيرة قبل الانفجار، ووجه السيدة الموصلية مع طفليها يطل من بين أصوات الرصاص، لا أذكر إلا إندفاعي نحوها بعد أن أشار لنا أحد الجنود الذي زحف متخفياً أن المكان مفخخ وأن السيدة محاصرة في الداخل مع أبنائها وأن أية حركة سوق تؤدي إلى هلاك الجميع.

لا أدري لم تخطر الآن في رأسي دعوات أمي ودموعها المكبوتة خلف ثباتها وشجاعتها، شجاعتها التي طالما كانت مصدر قوة لنا نحن أولادها، أتذكر حمرة عينيها وهي تذبح آخر شهقة ألم على زوجها، أبي الذي فجعنا به في واحدة من أفضع التفجيرات عنفاً وبشاعة في بغداد التي لا يكاد أن يمر عليها يوم دون تفجير انتحاري، تفجيران انتحاريان استهدفا اكاديمية الشرطة راح ضحيتها في التفجير الأول ثمان وعشرين من المتطوعين الجدد وثمان وخمسون جريحاً، هب المنتسبون والضباط لإنقاذ الجرحى عندها حدث الانفجار الثاني فزاد عدد الضحايا أضعافاً بين أفراد الشرطة ومنهم أبي الضباط محمد أحمد سعيد. كان عمري حينها ثلاثة عشر عاماً ويصغرني أخي بثلاثة أعوام، وكان ذلك في يوم أحد في الثامن من آذار عام ٢٠٠٩ والثامن من آذار هو يوم ميلادي نفسه، ما أغربها من صُدَف.. وهل يمكن أن تعد صدفة؟ ما هي الصدفة أصلا؟ هل هي اجتماع للمتشابه حسب؟ ماذا نسمي المتناقضات التي تجتمع معاً إذن؟ تقول أمي (لا أعرف كيف نبت في داخلي كل ذلك الصبر والثبات)، منذ ذلك اليوم صار الأسود رداء الجسد، رداءً للأنوثة ولدان عكفت على يمضيا في دراستهما، أن يجمل مستقبلهما النجاح والتفوق، الحب والسعادة، لكنها لم تمانع حين وقفت أنا أبنها البكر معلناً رغبتي في الالتحاق في صفوف الحشد الشعبي، لم تعارض برغم خوفها من فقداني، لم تعارض رغم خوفها على مستقبل شاب في آخر سنة جامعية له في كلية الآداب ولكني وعدتها إني سأعود.

وعدتها أني سوف أعود.

أحسست بحركة خفيفة إلى جانبي كأنها خطوات تمشي على مهل، هل حقاً جاءوا للبحث عني، شعرت بالدماء تتحرك في جسدي من جديد، أنا هنا هل تروني؟ أيتها الخطوات أنت قريبة جداً من يدي، أرسم بأصابعي خطوطاً على الأرض، ألا ترونها؟ لماذا لا أسمع صوت أحد؟ لماذا تبتعد الخطوات عني؟ لقد توقف صوت الخطى واختفى فجاة، الخطى مشت بحذر وغادرت مسرعة، أتراها خطى صديقة؟

وهل يمكن أن يبحثوا عني هنا بين أكوام الركام والدمار هذه؟ ما هو الوقت الآن؟ أشعر إني أسير هنا مقيداً بجروح عميقة وزمن متوقف عند لحظة نزفها. هل تقدمت وحدات الجيش والحشد وأصبحت أنا خلفهم؟ هل بالإمكان أن يعودوا من أجلي؟ ربما لكثرة من سقطوا في المعارك قد ينسوني. ترى هل انتهت المعارك الآن؟ كم أود لو استطعت النهوض والمضي معهم. كم مرّ من الوقت؟ أنا أكيد أن من مرّ منه لم يكن بالقليل. فقبضة التراب بين أصابعي بدأت تتيبس، بل أنها بدأت تقسو شيئاً فشيئاً، حاولت أن أحرك يدي تحت صدري فتحركت معها البندقية. لقد انسحق ذراعي تماماً. لو أني فقط استطيع أن أتحرك، أن أرفع رأسي قليلاً أن أفتح عيني أو أن أنطق بكلمة، لا أستطيع أن أتحرك تماماً، ثمة ما يجثو فوقي يسمرني في المكان يمتد من رأسي حتى أسفل ظهري، شيء ما أثقل من أن يكون مجرد حجارة.

هذه هي المعركة الثالثة التي أشترك فيها وأنا في صفوف الحشد الشعبي، استمرت

المعركة طوال اثنتي عشرة ساعة بدأت منذ الفجر في المدينة القديمة في الجانب الأيمن من الموصل أسقطنا صفوف تنظيم داعش الواحد تلو الآخر، قلت لصاحبي عندما آن أوان القتال أنها معركة فجر الموصل فابتسم وقال لي هي تسمية شاعرية ولكنها جميلة، واندفعنا في القتال. لم يكن يقلقنا كمقاتلين في الجيش العراقي والحشد الشعبي والشرطة الاتحادية إلا أمر واحد. لقد استخدم تنظيم داعش المدنيين دروعاً بشرية، لهذا كانت المعركة صعبة جداً استلزمت مناورات وخططاً أكثر حكمة ناهيك عن العربات والبيوت المفخخة التي خلفت تضحيات من شبابنا من كل الوحدات والصفوف، وقد رأيت كيف أنها فتكت بهم وهي تدفنهم وهم غير آبهين بالموت من أجل إنقاذ المدنيين وفتح الطريق والتقدم ما زال صوت قائد الكتيبة وهو ينادي محذراً وآمراً إياي بعدم التقدم وانتظار المجموعة، وأن المكان مفخخ يدوّي في رأسي. لم أفكر في أي شيء حينها غير تحرير السيدة وطفليها منه، اندفعت بكل قوتي نحوهما ودفعتهم خارجاً وللحظة كان بيني وبين الخروج من المكان أقل من نصف متر حين علقت قدمي باسلاك المتفجرات، صرخت بها أن أركضي وما إن أنهيت الكلمة حتى انفجر المكان وصرت تحت الركام بطرفة عين كان وجه السيدة حين التفتت نحوي وهي تبتعد مهرولة وعيناها الممتنتان آخر ما بقي في رأسي من صور، ويا لها من صورة أراحت فؤادي صورة ملاك أنقذ من قبضة الموت حين أعود سوف أروي لأمي عن هذه اللحظة العظيمة، سوف أقول لها كيف أني أنا ملاكها الأسمر كما كانت تحب أن تناديني أنقذت أناساً أبرياء وأني لم أفكر أو أتردد بل أقدمت بوعي تام بالإحساس بالمسؤولية سأحكي أمام أخي الأصغر، نعم حتى ترتسم ملامح القدوة في ذاكرته، هذا الإحساس غمرني بالاسترخاء وأزاح القلق قليلاً .. لكن أسمع شيئاً ما يحدث ما هذه الأصوات... أصغي جيداً، إني أسمع أصواتاً غريبة هل هي حقيقية أم أنها خيالات تهيء لي أن أسمع ما أريد سماعه؟ كم أتمنى الآن أن أسمع أصوات رفاقي تلك الأصوات أعذب من أعذب الألحان أصواتهم التي تجرح الهواء بهديرها وعنفوانها وهم يصولون في ساحة المعركة لكن الأصوات تزداد وضوحاً أنها ليست خيالات المصاب في رأسه أشعر بحركة قريبة حركة عنيفة أشعر فيها فوقي اصطدام حاد بالحجر والكونكريت أنها الآت حفر نعم أنا الآن أميز الأصوات جيداً أنهم هنا من أجلي، ها قد أتو لنجدتي أخيراً أسمع الآلات تضرب الأرض تصدع قطع الكونكريت استمرت كذلك لعدة دقائق، هل هي دقائق؟ ما هو الوقت؟ هل تبدو الأسئلة الفلسفية الآن منطقية الأفكار والأصوات تخترق صمتي وانتظاري، الأصوات تطيح بآخر وسوسات القلق والتفكير، شعرت للحظة أن نسمات باردة لامست وجهي وأن الضوء الأبيض من أشعة الشمس يسقط مباشرة على جسدي ويضمده بحنان بالغ كلمسة كانت ارجوها من حبيبة العمر ابنة العم.

إن انتشالي من تحت الركام شعور تلون بصور كثيرة حاولت أن أملأ فجوة القلق والتفكير والانتظار بأكبر قدر من تلك الصور، أو الآمال ربما الأحلام التي تأجلت طويلاً.

سمعت خطوات قريبة هزت كل خلية في جسدي، صوت قريب، خطوات كثيرة تقترب، وثمة حركة فوقي، فوقي تماماً، حركة وأصوات، أدوات الحفر التي تضرب الأرض أشعرتني بالسكينة والاطمئنان، كنت أشعر بها جيداً تقترب أكثر فأكثر، وجهي المنغمس بالتراب والدم الذي جفّ تحت جلدي كأنه آخذ بالبرودة بدأت تلفح صفحة وجهي نسمات هواء باردة لم استطع أن أميز الجهة التي تأتي منها لكنها كانت باردة ورائعة وتقترب مثل يد حبيبتي. ها إن الأفكار تعود إلى رأسي من جديد أن أكثر ما يساعد حقاً في تقليص فضاء الانتظار هو الحلم، هكذا قرأت يوماً في كتاب ما، سأفكر وأحلم بأكثر الأمور قرباً إلى قلبي. أمي... لقد تمنّت أمي أن تزوجني مبكراً ورفضت مطلبها متعللاً بانشغالي بالدراسة ولكن السبب الحقيقي هو انتظاري لحبيبتي أن تكمل دراستها، ولكن الآن لن أنتظر لن أؤجل هذا الموضوع أكثر. سيكون أول ما أسعدها به حين أعود، ها أنا الآن أسمع زغاريدها وفرحتها المرتسمة مثل هلال عيد على وجهها الندي. الأصوات بدأت تقترب أكثر، يا له من حلم جميل ووسيلة سريعة للقضاء على هذه اللحظات الفاصلة بيني وبين ضوء النهار. أسمع الأصوات تقترب والزغاريد في رأسي تصدح وها أنا الآن ألبسُ بدلة زفافي وأقف قبالة المرآة، بدلةٌ سوداء وقميصاً أبيض وربطة عنق سوداء. أما تسريحة شعري سوف لن أتنازل عن لمسات صديقي الذي امتهن الحلاقة بدل أن يكون محاسباً نابغاً في شركة أو وظيفة حكومية بعد تخرجه من كلية الإدارة.. الأصوات تقترب وأنا أعيش لحظة فريدة من الحلم والحياة معاً أشعر الآن أن الأصوات قد تحولت إلى سواعد تنتشلني من تحت أكوام التراب والركام بينما أنا أنزل من السلم بأبهى حلة تنتظرني أمي لتقبل وجنتي، آه.. إنها وجوه الأحبة المتوهجة بالفرح، آه ما أجمل حرارة أحضانكم ودفئها بينما كانت السواعد تنفض عني التراب وتمسح عن وجهي وجسدي الدماء، أجدني في ذات اللحظة أضع يدي بين الشيخ الذي سيعقد قراني واليد الأخرى تمسح عن عيني وجبيني الألم وتعمدني بالطمأنينة، أردد سورة الفاتحة من بعد الشيخ لكن صدى غريباً لها بدأ يدوي في أذني أصمت ثم أعيد قراءة الفاتحة والصدى يصبح أقوى أصمت وأعيد قراءة الفاتحة والصدى يصبح أقوى ثم أقوى حتى أن صوتي اختفى بينما الصدى ضل يردد السورة مثل موجات من حولي أمسكتُ بالقلم حتى أخط اسمي على ورقة الفرح، ورقة حياتي الجديدة فكان صوت ما ظننته في البدء صوتي، يردد اسمي الكامل علي محمد أحمد مسبوق بكلمة الشهيد.

أدب التعامل مع النساء

د. خديجة حسن علي القصير

انطلقت أهمية المرأة في القرآن الكريم من مبدأ المشاركة حيث إنّ المرأة والرجل ينحدران من أصل واحد، وحقيقة واحدة، وهي حقيقة الإنسانية، قال تعالى مشيراً إلى هذه الحقيقة: (يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُواْ رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالاً كَثِيرًا وَنِسَاء وَاتَّقُواْ اللّهَ الَّذِي تَسَاءلُونَ بِهِ وَالأَرْحَامَ إِنَّ اللّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا) وهذه الرؤية قد حققت انطلاقة كبيرة في النظرة النوعية للمرأة على المستويات المختلفة القيمية والحقوقية وحتى الفكرية. فالمرأة وفق المنظور الخلقي هي إنسان شأنها شأن الرجل، خُلقا من نفسٍ واحدة، والمرأة هي جزء لا يتجزأ من هذا النوع، قال تعالى: (هُوَ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا). ومن هذه الانطلاقة فقد كرمها القرآن الكريم وجعلها الله في مستوى الرجل في الحظوة الإنسانية الرفيعة، حينما كانت في كلّ الأوساط المتحضّرة والجاهلة مُهانةً وَضيْعَةَ القدر، لكن القرآن حفظ لها حقوقها بما فيها أسلوب التعامل معها حيث فرض مجموعة من القواعد عند التعامل مع النساء لحفظ حقوقها وعدم التجاوز عليها وها هو رسولنا الكريم محمد ﷺ يقدم لنا أروع الصور في كيفية التعامل مع النساء واحترام حقوقهن، فقد أوصى بهن خيراً في نصوص كثيرة: منها قوله: (اللهم إني أحرج حق الضعيفين اليتيم والمرأة)[1]. وجاء في قوله تعالى: (وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ).

وهنا بيان لمكانة الزوجة في الإسلام، فقد خلقها الله من نفس الرجل؛ ويبين الله عز وجل في الآية الكريمة، أن الزوجة تكون أماناً للزوج، مثل أمان السكن. كما يوضح الله جل وعلا المودة، والحب، والرحمة، التي ألقاها في قلبيهما، وفي الوقت نفسه فقد حذر الإسلام المرأة من اللين في التعامل مع الآخرين لأن هذا الأمر قد يعود بتبعات سيئة عليها ويوقعها في المحارم. قال تعالى: (يَا نِسَاءَ النَّبِيِّ لَسْتُنَّ كَأَحَدٍ مِنَ النِّسَاءِ إِنِ اتَّقَيْتُنَّ فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَعْرُوفًا) أي لا تلنّ بالقول عند مخاطبة الرجال والنهي عن الخضوع بالقول إشارة الى التحذير مما هو زائد على المعتاد في كلام.

١- بحار الأنوار، المجلسي، ج٦١، ص٢٧٢.







من يخسر المرأة يدفع باهظاً

عامر عزيز الأنباري

إن خسارة المرأة هو مما لا يعوض، ونحن بأمس الحاجة لأن نرتقي في الحفاظ عليها إلى مستوى الثقافة المجتمعية التي لا يجوز الحياد عنها إلا بقدر ما يبيحه الشرع عند النشوز.

إن واجب دفاع الرجل عن المرأة التي تمثل نصف المجتمع لا يمثل إلا دفاع الرجل عن نفسه، فليست المرأة إلا نفس الرجل (يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا)[١]، هذا من جانب ومن جانب آخر يمثل هذا الدفاع ضرورة والحفاظ على الأخلاق والنبل، فهو ليس مجرد الشعور بحالة من الانتباه المؤقت لممارسات لا أخلاقية ترتكب بحقها، وإنما هو مطلب رباني أقره لها الإسلام.

الوسطية والاتزان في التعامل مع المرأة

هنالك حاجة إلى اتخاذ التوازن والوسطية في طبيعة تعامل الرجل مع المرأة، فالانجرار لتلبية رغباتها الجامحة قد يؤدي بها إلى الانفلات والتمرد، وتجاوز الخطوط الحمراء في مدى أحقيتها واستحقاقاتها الأسرية والزوجية، يخلّ من قيمومة الرجل التي أمر الله تعالى بها (الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ وَبِمَا أَنفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ)[٢]. ومن جانب آخر يكون في قسوة التعامل مع المرأة جنوح واستبداد مخالف لما دعا إليه الإسلام من واجبات الرفق بها، كونها إنسانة لها ما لها من الحقوق وعليها ما عليها من الواجبات.

الإسلام والانقلاب على البداوة والوحشية

لقد كانت المرأة في المجتمع الجاهلي رهينة قسوة الرجل واستبداده، فلم تكن إلا كسقط المتاع لا قيمة لها، مسلوبة الإرادة، وهذا الوضع المرير الذي فرضته حياة البداوة على المرأة كان يحتاج إلى إرادة غير مسبوقة لإحداث تغيير جذري على حياتها، ولم يتسن ذلك إلا من خلال الخلق النبوي الرفيع لسيد البشر محمد ﷺ، الذي أحدث انقلاباً في طبيعة هذا التعامل مجسداً في ذلك تعاليم الإسلام، ومتحدياً بمنتهى الشجاعة كل مظاهر البداوة لعرب الجاهلية.

النبي وتحمل الأذى من بعض زوجاته

لقد أفرغ النبي ﷺ من بريق خلقه السامي ليعطي للمرأة حقها باعتبارها إنسانة تمثل نصف المجتمع، فهي الأم والأخت والبنت والزوجة ورفيقة الدرب والحياة والمصير المشترك، (قال رجل: يا رسول الله من أحق الناس بحسن الصحبة؟ قال: أمك، ثم أمك، ثم أبوك)[٣]، كما كان تعامله مع المرأة كونها زوجة على أفضل ما يكون، فهي كما يصفها ﷺ (ريحانة وليست قهرمانة)، مخلصاً وفياً لها في حياتها وحتى بعد مماتها، محسناً عادلاً مع كل زوجاته، بل وصابراً على ما يبدر من بعضهن، فيما يؤذيه إلى الحد الذي ينزل قوله تعالى بتعنيف اثنتين منهن على ذلك بقوله تعالى: (إِن تَتُوبَا إِلَى اللَّهِ فَقَدْ صَغَتْ قُلُوبُكُمَا وَإِن تَظَاهَرَا عَلَيْهِ فَإِنَّ اللَّهَ هُوَ مَوْلَاهُ وَجِبْرِيلُ وَصَالِحُ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمَلَائِكَةُ بَعْدَ ذَٰلِكَ ظَهِيرٌ)[٤].

سيد الكائنات يقبّل يد ابنته فاطمة

لقد كان تعامله مع بضعته فاطمة الزهراء عليها السلام، يمثل أبهى صور الأبوة من المحبة والرعاية والتبجيل، فطالما شوهد وهو يقبّل يديها عليها السلام ويقف في استقبالها على قدميه وهو سيد الأنبياء والرسل. ورغم أن للزهراء عليها السلام ما لها من الشأن العظيم، إلا أن هذا التعامل كان يشكل تحدياً لعادات عرب الجزيرة وتقاليدهم الذين بلغت بهم الوحشية إلى وأد بناتهم دون رحمة أو شفقة.

١- سورة النساء، الآية ١.

٢- سورة النساء، الآية ٣٤.

٣- شرح أصول الكافي، مولى محمد صالح المازندراني، ج٩، ص٢٥.

٤- سورة التحريم، الآية ٤.



امتهان المرأة خسران لطاقاتها

إن امتهان المرأة يؤدي إلى خسران الكثير من طاقاتها الكامنة، وخلق جو سلبي بين الزوجين، فهنالك الكثير من الزوجات ممن يمتلكن قدرات عالية من الذكاء، وقد تتفوق في ذلك على الزوج، وتعاونها مع الرجل من خلال كسبه لودها بالاحترام المتبادل والمحبة، يضاعف له قدراته العقلية وطريقته في التفكير بشكل أفضل لمواجهة أقسى الظروف، والخروج منها بنجاح، واجتياحها اجتياح الفاتح المنتصر، وكما يقال في المثل (وراء كل رجل عظيم إمرأة عظيمة).

قوة المرأة تكمن في ضعفها

مما هو شائع أن المرأة تمتاز بالضعف قياساً لما يتمتع به الرجل من قدراتٍ بدنية وعضلية، غير أن هذا الضعف والنعومة في الحقيقة هما مما يكسبها القوة والقدرة على استمالة الرجل، وكلما كانت المرأة أكثر نعومة ولطافة مع زوجها كانت أكثر قدرة على كسب وده، والمعروف عبر التأريخ كيف أن المرأة كان لها دور في تغيير مجريات الكثير من الأحداث ورسم السياسات، وذلك من خلال استحواذها على مشاعر الرجل وقدرتها اللامتناهية في التأثير عليه، فالمرأة ليست بالضعف الذي يعتقده بعض الرجال ولا بالسهولة التي يتخيلونها.

الفراغ الذي تتركه لا يملأه سواها

قد يكون لدى المرأة من الصبر ما لا يمتلكه أعتى الرجال، وعندها من القدرة على التحمل والأناة ما لا يطيقه الرجل في طبيعته وتكوينه، فالحنو والأمومة والعاطفة الجياشة التي جبلت عليها المرأة تكسبها من الطاقات الهائلة على التحمل والصبر، خصوصاً في النهوض بكيان الأسرة الذي تمثل المرأة عموده، والفراغ الذي تتركه الأم أو الزوجة في الأسرة لا يملأه الرجل مها كانت قدراته.

امتهان المرأة تقليد للحضارات الغربية

لم يقتصر امتهان المرأة لدى الغرب والأمم الكافرة على المتاجرة بمفاتنها واستخدامها في الترويج للمنتجات التجارية، بل تعدى ذلك إلى شيوع مظاهر العنف والاضطهاد لها، تؤكد ذلك تقارير منظمات أممية تطالب بحماية المرأة، فامتهانها أصبح مألوفاً إلى الحد الذي تتعالى فيه صيحاتها مطالبة بحقوقها وصون كرامتها في بلدان تدعي التقدمية والتمدن! وعليه فإن امتهان الرجل المسلم للمرأة يعد تقليداً ومحاكاةً للحضارات الغربية ولأصحاب الديانات المنحرفة.

انتحار المرأة هو فتح النار على الرجل

إن من أخطر ما ينجم عنه اضطهاد المرأة هو الوصول بها إلى حد الجنون والقيام بالانتحار كأقصى حالات التعبير عن الرأي، وانتحار المرأة يعني فتح النار على الرجل والمجتمع أيضاً في آنٍ واحدٍ والوصول إلى آثار اجتماعية وخيمة، وخلق جو من الذعر والفوضى في المجتمع، فضلاً عن تعرض الأبناء إلى اليتم والتشرد. إن المرأة التي تجني على نفسها باختيار هكذا نوع من النهاية، فإنها بالطبع لن تنجو من عقاب الله الذي يئست من رحمته ﴿إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ﴾[٥]، والتجأت إلى قتل النفس التي حرم الله قتلها إلا بالحق ﴿وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ﴾[٦]، إلا أن الرجل الذي أوصلها إلى هذا الحد من اليأس والجنون هو أيضاً لن ينجو من غضب الله الذي أمره بمراعاة حرارة عواطفها.

٥- سورة يوسف، الآية ٨٧.

٦- سورة الإسراء، الآية ٣٣.

الـمداخل السهلة لكسب الآخرين

منتهى محسن

هل تريدين أن تكون علاقاتك بالآخرين جيدة؟

وهل تريدين التعرف على المداخل السهلة لكسب العقول والقلوب؟

وأن تعرفي أهم مهارات التحدث والإقناع؟

لا بدّ أن تعرفي ابتداء أن العلاقات الجيدة تنشأ من معايير مهمة منها التعاون والتفاهم والتسامح والانسجام، حيث تعد من أهم عوامل ازدهار العلاقات الجيدة مع الآخرين.

ومن أجل تحقيق ذلك لا بد من طرح هذا السؤال: ترى... ماذا تريدين من الآخرين ؟

بالتأكيد سيكون جوابك لفيفاً من المعاني التالية:

_أن يعاملوكِ باحترام وأن يشعروا بأهميتكِ.

_أن يفهموا وجهة نظركِ.

_أن يراعوا مصالحكِ ورغباتكِ.

وهذا الجواب يمهّد لنا التعرف الى المداخل السهلة لكسب العقول والقلوب.

أولاً: الاحترام والتقدير للآخر

ليكن الشعار والأسلوب في الحياة حتى مع من نختلف معهم في الآراء ولا نتفق معهم في المتبنيات. لذا احرصي على قول رأيكِ مع احترام الآخر، واتركي انطباعاً طيباً عنكِ فإن المرء لا يُعرف عند نقاط التشابه والاتفاق وإنما ينكشف جلياً عند مواقف الاختلاف والتباين في الأفكار.

ثانياً: التسامح والبحث عن العذر

وهنا نسأل كيف لنا أن نلوم الناس على أخطاء يمكن أن نقع فيها فيما بعد، فكثير من الانتقادات التي نوجهها للغير قد نقع نحن فيها بفارق الزمن، قال الإمام علي (عليه السلام): (اقبل عذر أخيك، وإن لم يكن له عذر فالتمس له عذراً)[1].

ومما يجدر الإشارة إليه أننا نرى أخطاءنا صغيرة ونجد لها أعذاراً، أما أخطاء الآخرين نراها كبيرة لا تغتفر، وفي مقطع من وصية الامام علي (عليه السلام) لابنه الحسن (عليه السلام): (يَا بُنَيَّ اجْعَلْ نَفْسَكَ مِيزَاناً فِيمَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ غَيْرِكَ فَأَحْبِبْ لِغَيْرِكَ مَا تُحِبُّ لِنَفْسِكَ وَاكْره لَهُ مَا تَكْره لَهَا)[2].

١- بحار الأنوار، المجلسي، ج٧١، ص١٦٥.

٢- شرح نهج البلاغة، ابن أبي الحديد ج١٦، ص٨٤.



ففي ركن التسامح مع الآخرين أيضاً اجعلي تصحيح الخطأ سهلاً وجددي الثقة بالمخطئ، فليس من أخلاق المؤمن التجاني التام مع المخطئ وعدم إعطائه الفرصة المناسبة لتصحيح تصرفه فإن في ذلك إجحافاً لا يرتضيه الله تعالى.

ثالثاً: فهم وجهة نظر الشخص الآخر

كل شخص يعتقد دائماً أنه على حق وأن آراءه منطقية ويدافع عنها بكل ما أوتي من قوة وحجة، وحتى لو تأكدتِ أن الاخر على خطأ حاولي أن تفهمي وجهة نظره ولا تقابليه بالاستخفاف أو السخرية لأن ذلك يدفع إلى المقاومة والمواجهة.

رابعاً: البحث عن العوامل المشتركة

من البديهي أن هناك دائماً نقاطاً يتفق عليها الجميع، فحاولي أن تنطلقي منها ولا تركزي على نقاط الاختلاف لتكسبي محبة الآخرين واحترامهم وتؤثري في قلوبهم.

خامساً: الإعجاب والثناء الصادق

من المسلّم به أيضاً أنه مهما كان الشخص سيئاً لا بد من وجود خصلة تستحق الإعجاب والثناء، ركزي عليها وكوني فطنة في إسماعها للآخر بما يجعل استمالته إليكِ حتمية.

فإن لا بد عند الشخص الآخر جانباً إيجابياً فكن مسرفاً في الثناء والشكر، وافعلي ذلك بصدق وبنقاء حتى لا يتحول الأمر إلى نفاق أو رياء لا سمح الله.

سادساً: خطاب الدوافع النبيلة

قد تختفي الدوافع النبيلة تحت أنقاض الطمع والمصالح لكنها لا تنعدم، لذا عليكِ شحن الهمم ومخاطبة الجوانب الإنسانية في الشخص وسوف يفاجئكِ بأكثر مما تتوقع.

سابعاً: حفظ أسماء من تقابليهم

مما لا شك فيه إنّ أحب الأسماء للمرء هو اسمه لذا عندما تلتقي بأناس جُدُد ناديهم بأسمائهم وكرري استخدامكِ لأسمائهم أثناء الحديث، وانتظري كيف سيعاملكِ الشخص الآخر بمنتهى المودة والاهتمام.

ثامناً: الحفاظ على الابتسامة

تبقى الابتسامة علامة صامتة يفهم منها الآخرون أنكِ تحبينهم وتحترمينهم، ولا تنسي أن الابتسامة جميلة حين تفرحين لكنها أجمل حين تحزنين، كما إنها جميلة حين تربحين لكنها أجمل حين تخسرين.

هكذا مضينا نحو بناء أمثل لعلاقات جيدة مع الآخرين ونختم بحديث النبيّ الأكرم ﷺ: (أمرني ربّي بمداراة الناس، كما أمرني بأداء الفرائض)[٢].

٢- الكليني، محمد، الكافي، ج٢، ص ١١٧.





خطوات على طريق السعادة الزوجية

د.خولة القزويني/ الكويت

◈ إذا كان هناك سوء تفاهم أو خلاف يجب أن يتحمل طرفا الزواج المسؤولية ويعترفا صراحة أحدهما للآخر أنه مخطىء ويعتذر دون عناد أو مكابرة.

◈ تخصيص يوم في الأسبوع لنزهة خاصة بين الزوجين لوحدهما دون الأولاد كالذهاب إلى المطعم لتناول وجبة طعام، أو ممارسة المشي في الطبيعة، أو الجلوس في متنزه عائلي وقضاء النهار معاً، على أن يكون مدار الحديث حول الأمور الايجابية بينهما لأن كل طرف يحب أن يرى الإعجاب في عين الطرف الآخر، فإذا مدح الزوج زوجته ومدحت الزوجة زوجها فإن ذلك ينمي الحب والرضى بينهما.

◈ في حال وجود مشكلة كبيرة بين الزوجين الأفضل اللجوء إلى أهل الزوجين، أو اللجوء إلى استشاري يتحدث إليهما معاً ويزيل الخلاف.

◈ استعمال الخطاب العاطفي في محادثة شريك الحياة واستنهاض العاطفة بعد خمودها لفترة طويلة، بمعنى أن يُعبر شريك الحياة عن حبه وسروره بوجود شريكه الآخر ويبدأ بكلامه الطيب.

◈ برمجة يومياتك بشكل يتناغم وينسجم مع شريك الحياة لتبين له اهتمامك وعنايتك به، فكثير من الأزواج تتفاوت يومياتهم فلا يجلس بعضهم إلى بعض إلا قليلاً، لكن هذا خطأ كبير.

◈ الاتفاق معاً على توزيع مسؤوليات البيت بشكل ودي بحيث لا يكون الضغط على واحد دون الآخر، وتكون النية حسنة في التعامل بحيث يشعر كل طرف أنه سعيد في خدمة عائلته ولا يشتكي من ثقل المسؤوليات وعبئها.

◈ إحياء عنصر المفاجآت بين الزوجين؛ جميل أن يفاجئ الزوج زوجته بسفرة في وقت هو يشعر بها متعبة وضجرة فإن السفر قرار سيسعدها حتماً، والزوجة التى تفاجئ زوجها بهدية تلبي حاجة من احتياجاته كتلفون جديد بدل تلفونه القديم.

صفات في المرأة تسعد الزوج

◈ **المرح:** المرأة المبتسمة والضحوكة والتي لا تقف على الهموم والمشاكل وتحولها إلى دراما وأحزان، بل تستخف بالمشاكل وتضحك من كل قلبها وتجتاز العقبات التي تقف بينها وبين سعادتها بكل إرادة وثقة، هذه المرأة يكون بيتها مفعماً بالطاقة الإيجابية.

◈ **الصبر:** المرأة الصبورة التي تتحمل مشاكل الحياة وتلجأ إلى الله بالدعاء والتوسل، وتستمد من إيمانها طاقة روحية وثبات على بعض الأزمات التي يمر فيها الزواج، هذه المرأة لن تتحطم ولن تنكسر أو تنهزم؛ لأنها مؤمنة تتمتع بروحانية عالية وتعتبر معاناتها ابتلاءات عليها الأجر، وإن البلاء بعد فترة سينكشف وتثق بوعد الله سبحانه حينما يقول في كتابه الكريم: (وبشر الصابرين).

◈ **العاطفة:** المرأة العاطفية والمتوددة لزوجها يحبها الزوج وقد مدح الرسول ﷺ هذه المرأة بقوله: (تزوجوا الودود الولود)، هذه المرأة مشعة بالعاطفة والحنان والدفء، تكون كلماتها كلها حب، تصرفاتها تترجم إلى لطف ملموس، هكذا تستطيع أن تكسب حب زوجها وأولادها ترى الزوج والأولاد لا يفارقونها أبداً لأنهم سعداء بهذه المشاعر الجياشة التي تفيض عليهم.

◈ **التزيّن:** تزيّن المرأة لزوجها من الأمور الحسنة والجيدة، لذا من الأجدى أن تعتني المرأة بنفسها وتهتم بزينتها وتبرجها وثيابها وتحافظ على رشاقتها وأناقتها، لأن تلك الأمور تظهر أنوثتها ورقتها.

أولادنا واللعب

زينب العارضي/ النجف الاشرف

يملؤون البيت بضحكاتهم وهم يلعبون، يمرحون ويختلفون فيتعلمون، وتتلألأ دموعهم في عيونهم عند زعلهم من بعضهم كأنها حبات جمان، فيهرعون إلى أحضان الأمهات لتفيض من قلوبهن عند احتضانهم ينابيع المحبة والحنان. إنهم تحفة المنان (الأطفال) فهنيئاً لمن رباهم على الخير والإحسان وجعل منهم مشاريع نماء يستحق من خلالها الفوز بالجنان والرضوان.

يعد اللعب أمراً مهماً بالنسبة لأولادنا في بداية طفولتهم، فاللعب بصفته نشاطاً حراً للطفل له أهمية كبيرة في إعداده للمستقبل، فمن خلاله يتعلم مهارات جديدة وينفس عن طاقته، ويظهر قدرته بين أقرانه.

يتعرف من خلاله على الأصدقاء، ويتعلم الأخذ والعطاء، ويتحرك بشغف نحو البحث والتحري والاستقصاء، ويدرك فلسفة الربط بين الأشياء، كما سيتقن أهمية المشاركة والتعاون والتنسيق بين أعضاء الفريق، ويعلم من خلال مواجهته للتحديات والصعوبات أن للنجاح والوصول إلى الغاية ألف طريق وطريق، مما يساعد في بلورة شخصيته وازدياد معلوماته ونماء خبرته.

ومن هنا حث الإسلام على ملاعبة الأطفال وشجع على تعليمهم بعض الألعاب النافعة كالسباحة والرماية وغيرها.

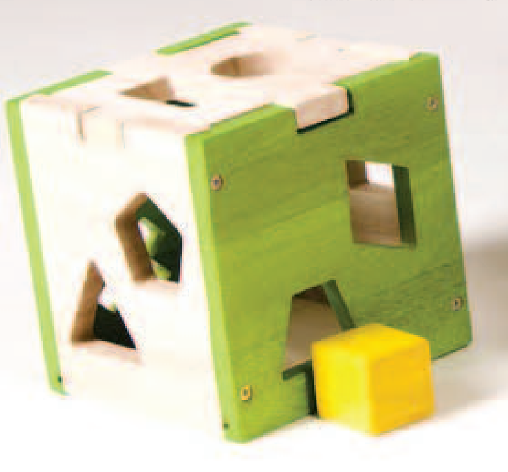
ولكن المؤسف اليوم وبسبب وفرة القنوات الفضائية وتزايد وسائل الترفيه الإلكترونية، باتت حركة الأطفال قليلة وانحصرت ألعابهم التي تقتضي تحركهم ومرحهم وتشغيل أذهانهم!

ومما يزيد الأمر سوءاً أن أغلب هذه الألعاب الإلكترونية تربي على العنف والوحشية، بل وتجعل اجتيازَ المراحل مرهوناً بسفك الدماء وتدمير الممتلكات والقتل والسلب وغيرها من التصرفات اللاأخلاقية، التي تدمر الشخصية وتخلق جيلاً ممسوخ الانتماء والهوية، يرى أن وصوله إلى القمم بالقوة دون اكتراث للمبادئ والقيم، وتنكره لما تمليه طبيعة الفرد السوي قبل الفرد المسلم!!

إن فسحنا المجال لهذه الألعاب بالدخول إلى عالم أولادنا سيحرمهم ويحرمنا من آثار اللعب الذي يبنيهم، ويسهم في تكوين شخصياتهم؛ فالبرامج الفضائية والألعاب الإلكترونية سرقت ذلك منهم وجعلتهم لا يبارحون عالمها، فباتوا أسارى الشاشات السحرية التي تغذيهم بالأفكار والرؤى غير السوية، وتبعدهم من خلال رسائلها المدمرة عن عالمهم الجميل الذي يعجّ بالبراءة والشفافية، ويتلون بالألوان المشرقة الزاهية.

وحيال هذا الموضوع المؤلم لا ينبغي أن نسكت ونستسلم، بل يتوجب على كل أب وأم، أن ينهضوا بدورهم ويقوموا بواجبهم التربوي تجاه أولادهم، بعد إدراكهم:

- ان التربية لا تقتصر على إطعام الطفل وكسوته، وإنما تشمل بناءه والسعي لسعادته في دنياه وآخرته، والبداية الطيبة تضمن بإذن الله تعالى نهاية طيبة مباركة.
- ضرورة الحرص على سلامة ونقاء عالم الأطفال وانتقاء ما يشاهدون، والحرص على معرفة أي نوع من الرسائل يتلقون.
- توفير البدائل النافعة التي تجعلهم يستمتعون بأوقاتهم، ومن أهمها لعب آبائهم معهم، فاللعب يمكن استثماره لتعليمهم، وتمرير كل الرسائل الإيجابية إليهم، وزرع القيم والمبادئ والأخلاق في حدائق صدورهم منذ نعومة أظفارهم، فضلاً عن إحكام العلاقة وتمتينها بيننا وبينهم مما ينعكس أثره مستقبلاً في حياتهم.





احتياج الطفل للأمن النفسي

د. وفاء كاظم جبار/ السماوة

بداية لا بدّ أن نشير إلى أنّ احتياجات الطفل النفسية ليست فطرية ولا غرائزية ولا موروثة، كما هي الاحتياجات الجسمية، وهذه الاحتياجات النفسية تظهر اثناء تعامل الطفل مع أفراد أسرته كذلك أثناء تعامله مع بيئته ومجتمعه.

فالحاجة إلى الأمن النفسي تعني احتياج الطفل إليها من الأم والأب ثم اخوانه وأقربائه ثم أصدقائه.

وحاجات الطفل للأمن النفسي مرتبطة بتطوره العقلي؛ بمعنى أن هناك علاقة متبادلة بين الأمن النفسي وارتفاع مستوى الذكاء عند الطفل. إضافة إلى ذلك كلما ارتفع ذكاء الطفل وعيه بالأخطار المحيطة به. ووجود هذه الحاجة عند الطفل وتلبيتها من قبل الأم أو الأب يُسهم في نموه وتقدمه في المراحل الأخرى وذكائه أيضاً؛ لذلك نلاحظ خوف الطفل وقلقه وعدم استقراره عندما تودعه أمه وهو في عمر السنتين أو أقل أو أكثر قليلاً عند أحد أفراد أسرته فيتفقد أمه عند غيابها إذا لم يكن أحد من أفراد الأسرة يسد حاجة الأمن النفسي له مكان أمه. الأمر الذي يجعله يمارس سلوكيات عدوانية وتكون أحياناً مع أقرب الناس إليه وهي أمه، فنلاحظه أحياناً يضربها ويبكي مع ذلك بكاء العاتب عليها لأنها تركته وغادرت ولم تأخذه معها، هنا لا بد أن تتنبه الأم إلى هذه النقطة عندما تغادر البيت مثلاً للتسوق أو العمل أو غيره فلا بد أن يكون بديلها شخص له نفس المكانة النفسية عند الطفل أو أقل منها قليلاً مثل الأب أو الجدة.

الطفل

والحركات الثورية

سوسن بداح خيامي/ لبنان

بات مألوفا مشهد الحركات الثورية والوقفات الاحتجاجية التي يشهدها عدد من بلداننا العربية لأسباب عدة كالفساد والحروب والويلات وغيرها. لكن أين الطفل من هذه الحركات التي يشاهدها بمظاهرها السلمية تارة والتخريبية تارة أخرى وربما يشارك بها مع أفراد عائلته أو يراها عبر التلفاز أو يسمع بها؟ وهل يعي معناها؟ هنا يكمن واجب الكادر التعليمي التربوي في توجيه الأطفال حول معنى هذه المظاهر وعلاقتها بالانتماء الوطني، وفي عصر تحرر الشعوب وتغيير الأنظمة الاستبدادية والقمعية السائدة. إن مرحلة التعليم المدرسي هي الأكثر تأثيراً بعد الأسرة في مستقبل الطفل، ولأن مرحلة الطفولة ليست نقيضاً للنضج وللرشد، لأنها مرحلة تكوين وإعداد وفيها تتشكل اهتمامات الشخصية من خلال التوجيه لمجالات الحياة كافة كما تؤثر في غرس القيم وتعزيز كينونته، وأهم هذه القيم المواطنة وتعريفه حقوقه وواجباته اتجاه وطنه ومجتمعه، لهذا كلّه وجب فتح حلقات حوارية مع الطلاب حول المظاهرات والوقفات المطلبية وتعريفه قوانين التظاهر والتعبير عن الرأي بطرقه السلمية والحضارية وتشجيعهم على التعبير وإعطاء رأيهم حول ما يجري مع التركيز على أهمية المظاهرات والثورات بالنسبة للوطن والأمة وتحصيل الحقوق ورفض الإساءة والتعدي على حدوده الجغرافية، ومن ناحية أخرى توعية الطفل على تقبل الاخر المختلف عنا دينياً أو مذهبياً مثلاً لأنه شريك له بالوطن ولديه الحقوق والواجبات نفسها وأن له ما لنا وعليه ما علينا وكلنا معنيون بالحفاظ على البلد.



عَلَى أَحْسَنِه

ولاء قاسم العبادي/ النجف الأشرف

في قاعةٍ أُعدّت لاحتفالٍ بهيجٍ بمناسبة تخرّج دفعتها في الجامعة، تقفُ بكلِّ سرورٍ بين زميلاتها، وقد وضعت قبعة التخرّج على رأسها بامتنانٍ كبيرٍ لأخيها الذي أحضر لها زي التخرّج، وهي تُنتظرُ قدومه بشوقٍ وفخرٍ عظيم؛ ليحضر الحفل كما وعدها..

بدأ الحفل وتوالت الفقرات، وعيناها معلقتان على باب القاعة، تأخّر كثيرًا، تُحاولُ الاتصال به ولكن دون جدوى؛ فالجهاز مغلق! وضعت الجهاز جانبًا، وقد استسلمت لفكرةٍ صغيرةٍ قادت جيشًا من المواقف التي أمضتها مع أخيها، وآخر أقواله، ورتّبتها في ذهنها كترتيب الماهر قطعَ الأحجية مقدّمةً صورةً مشوّهةً؛ ذلك الأب القاسي الذي طالما أخلفَ وعوده ونكث عهوده ووضعها في مواقف محرجةٍ شتى..

انهمكت في مراسم الحفل، ولكن بروحٍ مُثقلة بالحزن، ومشاعر مُحبطة نزعت فرحتها، بل أبدلته دمعًا يترقرق في عينيها، ما إنْ سألتها إحدى رفيقاتها عنه حتى تساقط معلنًا بلوغها قمة الحزن، إذ أجابتها:

- أخي؟!

لم يفِ بوعده مجددًا! فهو ما زال يعاملني كطفلة، يحضر لها ما تريد من حلوى وألعاب من أجل إسكاتها ليس إلا.

- وهل اتصلتِ به؟

فالغائبُ عذره معه يا حبيبتي..

- اتصلتُ مرارًا؛ كان يتوقع ذلك مني فأغلق هاتفه عن قصد.

- حبيبتي لا تكوني قاسيةً في الحكم عليه إلى هذا الحد.. سيصل قريباً إنْ شاء الله تعالى..

- عزيزتي أي قسوةٍ؟! من ليتيمةِ الأبوين أن يشاركها فرحة تخرجها سوى أخيها؟!

وكما ترين قد حلَّ الغروب، وشارف الحفل على الانتهاء ولم يحضر حتى الآن!

وما إن أقبلت على الطاولة لتلتقط منديلًا تجفف به دموعها حتى التقطت أذناها صوت رنين الهاتف من بين أصوات الحفل الصاخبة، أجابتْ وإذا بدموعها تتسابقُ في الجريان على خدّيها!!

- رنا ما الخبر؟ حدّثيني ما بكِ؟

أجابتها بصوتٍ قطعته حشرجة البكاء:

- مها، أخي قد حدث معه حادثٌ..

وإذا بمشاعرها تتغيّر إلى حدِّ النقيض؛ إذ أغلقت فكرة فقدانها لأخيها ملف مواقفه المزعجة -من وجهة نظرها- معها، وسرعان ما فتحت ملفًا آخر مطرّزًا بأبهى المواقف وأجمل الصور وأعذب الأقوال وأروع الكلمات!!

نعم، حياةُ كُلٍّ منّا كتابٌ مليءٌ بالمواقف والمشاهد، ولكننا نحنُ من نخطها غالبًا؛ لأننا نملك أدوات الربط بينها، فما من موقفٍ في حياتنا إلا وقد اخترنا له أداة الربط التي أدتْ بنا إلى الموقف الذي يليه، إلا ما ندر.

ومن هنا كانت أدوات الربط تلك غايةً في الأهمية، فلربّ أداةٍ بلغتنا السعادة والمنى، ولربَّ أداةٍ أورثتنا الندم والأسى، وأقصد بأدوات الربط تلك الأحكام التي نصدرها على الأشخاص في موقفٍ ما، فتقودنا إلى الموقف الذي يليه، وهكذا تتسلسل تراتبية المواقف كتسلسل حلقات السلسلة، لتصوغ لنا إما قلادةً من أبهى وأرقى ما نتقلده ونعتزُّ به، أو سلسلة قيدٍ من أقسى وأشدُّ ما يقيّدنا فلا يكون همنا إلا التخلّص منه!

وهذه الأحكام لا تحضر إلى أذهاننا اعتباطًا، وإنْ كان حضورها بأسرع من ضوء البرق في كثيرٍ من الأحيان، إنّما تكون مُبتناه على قناعاتٍ مُسبقة تعيش في العقل الباطن وتنمو بالتكرار حتى تصبح قواعد يلتزم الإنسان بها أيّما التزام، وتقوده من دون أن يشعر!



ولعل الأساس الرئيس الذي تُبتنى عليه الكثير من الأحكام فيما يخصُّ العلاقة بالآخر هو حُسنُ الظن أو سوءه به..

ففي حال إحسان الظن به، تُبادر الذاكرة إلى استدعاء كلِّ مواقفه الجميلة، فتُعمِّمُ الحكم، وتُشيع في القلب مشاعر إيجابية تجاهه، مما تُعزِّزُ حسن الظن به، فيُحمَلُ على أفضلِ محمل في الموقف الذي اتخذه ويأتي الحكم به رفيقًا، ومن ثم يقودنا ذلك الحكم إلى موقفٍ ما ربما يكون على نقيض الحكم عليه في حال إساءة الظن به، حيث تُبادرُ الذاكرةُ إلى استدعاء كلِّ مواقفه السلبية، بل وحتّى زلاته وهفواته مهما كانت ضئيلة وجزئية، فتجتمع كتجمع الأعواد اليابسة من الصحراء، حتى تعود تلًا عاليًا يتقدُ بأدنى شرارةٍ من الغضب الذي ملأ الصدر جرّاء المشاعر السلبية التي طفح بها القلب.

ومما يزيد الطين بلةً، أنَّ من يتوصَّلُ إلى حكمٍ ما مُستندٍ على سوء ظنه، فإنَّه على الأغلب يكون على قناعةٍ تامة بحكمه، لذا لا يحاول الاستفهام عن السبب والظرف الذي دعا الآخر إلى اتخاذ ذلك الموقف، هذا إنْ هو فعلًا قد اتخذ ذلك الموقف واقعًا؛ إذ لربما لا يكون لذلك الموقف وجود إلا في ذهنه!!

وتختلف الآثار السلبية للحكم الجائر بحق الآخر، فمنها ما هو محدود، ومنها ما يمتد ليصل إلى درجة اتخاذ قرارات مصيرية في الحياة يترتب عليها الندم مدى العمر، ومنها ما يقتصر تأثيرها على الفرد فقط، ومنها ما يؤثر في من يهمهم اتخاذ ذلك القرار، فكم من أسرٍ تفكَّكت، وذاق جميع أفرادها المرارة والألم بكأسٍ قرَّرَ أن يسقيهم منها شخصٌ لحكمٍ خاطئ وقرار مجحف، وكم من علاقاتٍ اجتماعية جميلة شوّهت لذات السبب، وكم من أواصرَ رائعةٍ تكسّرت وكم وكم...

لذا يمكننا القول: إنَّ بعضهم -إن لم يكن الكثير- من المآسي المجتمعية والكوارث العائلية والقصص المؤلمة والنهايات الموجعة أشجارٌ سرعان ما تنبت، ويقوى جذعها، وتمتد أغصانها، وتتكثر أوراقها، ولم يطول الأمد عليها حتى تُلقي بظلال الندم والألم على من أنبتها بذرةً من سوء ظنٍّ قابعٍ في عقله اللاواعي، فيعيش وهو يعضُّ الأنامل ندمًا؛ ولات حين مندم!!

وعلى الرغم من أنَّ بذرة تلك الشجرة الضخمة ربما لم يكن لها وجودٌ في الواقع الخارجي قط، إذ لم تكن إلا قناعةً في ذهن الإنسان -تسللت كفكرةٍ لتحيك الأحداث بصورةٍ تسانخها، ومن البديهي أن لا يسانخها إلا تفشّي الدمار وقطع العلاقات ونشوب النزاعات وإحلال المشكلات-، بيدَ أنَّها لها من التأثير الكبير في حياته الواقعية ربما تبلغ درجةً تحيلُ معها حياته إلى جحيم في بعض الأحيان.

من هنا نفهم سرَّ تأكيد الآيات الكريمة والروايات الشريفة أهمية الاعتناء بالصور الذهنية للآخرين في مخيلتنا؛ فنتهانا عن إساءة الظن بهم، وتأمرنا بحسن الظن بهم وحملهم على محمل حسن ما أمكن؛ لأنّنا لا نعامل الآخرين إلا بناءً على تلك الصور التي رسمناها بأيدينا في أذهاننا.

ومن ثم كلما كانت مطابقة للواقع سُعِدنا في حياتنا وأسعدْنا من حولنا ونجونا في الآخرة عذابٍ أليم، والعكس بالعكس أيضًا؛ فكلما أسأنا الظنَّ بالآخرين حصدنا التعاسة وأتعسنا من حولنا في الدنيا، وفي الأخرى بانتظارنا عذاب أليم، قال تعالى: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ)[1]. وقال أيضًا: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَإٍ فَتَبَيَّنُوا أَن تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْبِحُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ)[2]. وروي عن أمير المؤمنين (عليه السلام) (ضَعْ أَمْرَ أَخِيكَ عَلَى أَحْسَنِهِ حَتَّى يَأْتِيَكَ مَا يَغْلِبُكَ مِنْهُ، وَلَا تَظُنَّنَّ بِكَلِمَةٍ خَرَجَتْ مِنْ أَخِيكَ سُوءًا وَأَنْتَ تَجِدُ لَهَا فِي الْخَيْرِ مَحْمِلًا)[3].

١- سورة الحجرات، الآية ١٢.
٢- سورة الحجرات، الآية ٦.
٣- الكافي، الكليني، ج٢، ص٣٦٢.

إعجاب ومشاركة

جلست إيمان لتحتسي فنجاناً من القهوة في غرفة الاستراحة بعد ساعات عمل طويلة. وفي أثناء ذلك دخلت عليها زميلتها سرى وجلست إلى جانبها وهي تتصفح جهازها اللوحي.

لم تنتبه إلى وجود صديقتها وظلت تقلب في مقاطع الفيديو والصور المنشورة في إحدى التطبيقات.

وفجأة ضحكت بصوت مرتفع وعندها شاهدت زميلتها وقالت لها.

سُرى: أتصدقين إنني لم أرك؟!

إيمان: وكيف تريني وأنتِ تحدقين بجهازك. ارحمي عينكِ فأنت أثناء العمل الرسمي تحدقين في الكومبيوتر وأثناء الاستراحة تحدقين في جهازك

سُرى: دعكِ من هذا الكلام، وتعالي شاهدي هذا المقطع إنه مضحك جداً.

إيمان: ما هي قصته؟ عن ماذا يتحدث؟

سُرى: إنه شاب يقوم ببعض المقالب والخدع على الناس في الشارع مضحك جداً انظري.

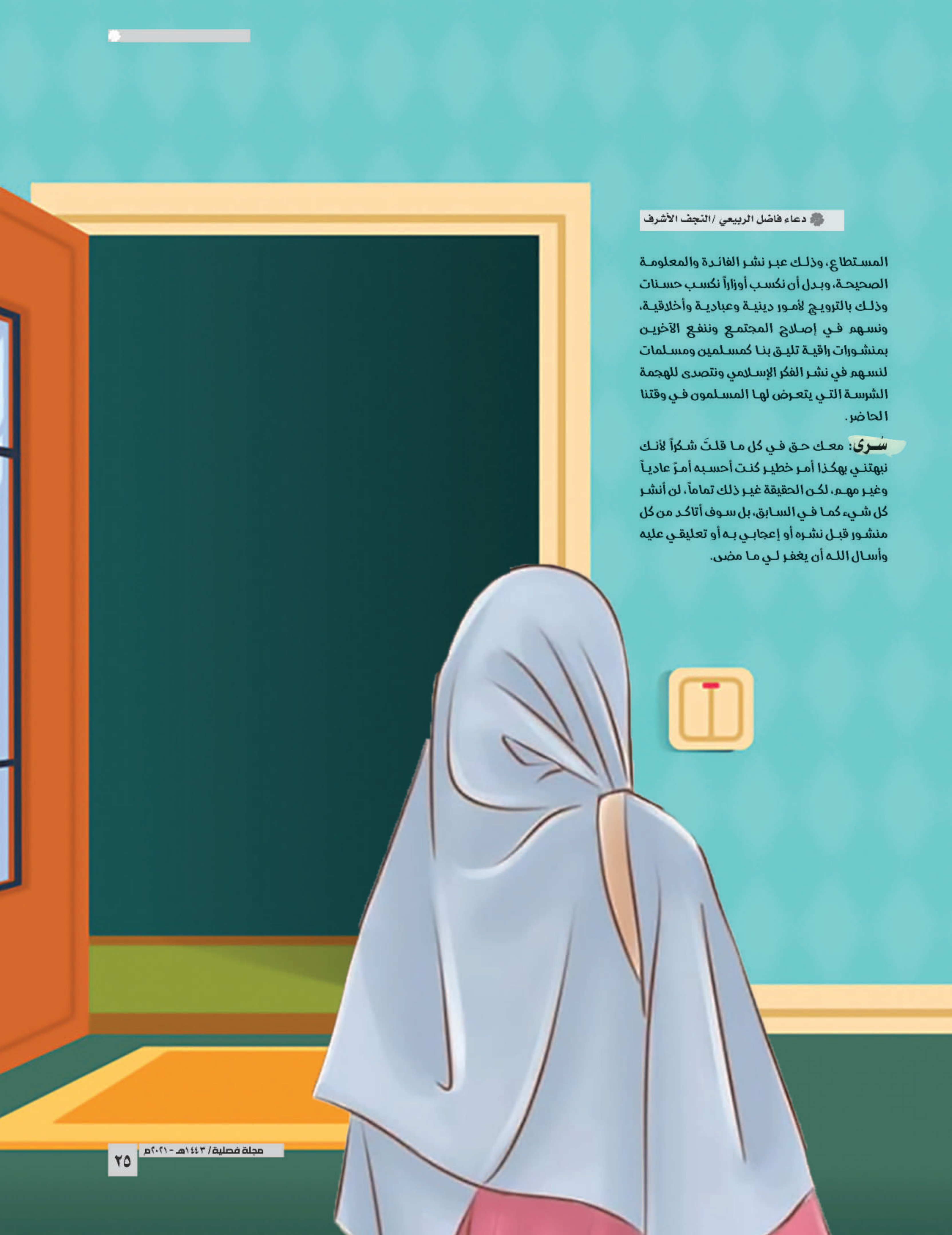
جاءت إيمان لتلقي نظرة على فحوى المقطع والى ما يهدف، شاهدته، وكان بعيدا كل البعد عن الأخلاق الإسلامية والحشمة والعفة، ويروج للاستخفاف بالآخرين والاستهزاء بهم. ولم تكتفِ سرى بالمشاهدة فقط بل أنها ضغطت على ايقونه الإعجاب وشاركت المقطع مع من لديها من الأصدقاء على موقع التواصل المذكور، وتصفحت صوراً وفيديوهات أخرى، وكانت تعلق على كل منشور وتعطيه إعجاباً ومشاركة بغض النظر عن ما إذا كانت الصورة ذات فائدة أو أنها صالحة للنشر أو تليق أو لا تليق بالمجتمعات الإسلامية، وكل ما يهمها في الأمر هو كمية الصور والفيديوهات التي يمكن أن تنشرها في وقت الاستراحة الذي لا يتعدى الخمس عشرة دقيقة.

نظرت إليها إيمان وإلى تصرفاتها، وقررت أن تتحدث معها وتنصحها بالصواب

إيمان: غاليتي سرى كثيرة هي الاختراعات التي قدمت للبشرية خيراً كثيراً، لكنها حملت في انعكاساتها السلبية مضاراً عند استخدامها على نطاق واسع. وقد تطوّرت التكنولوجيا في عالمنا المعاصر وانتشرت انتشاراً كبيراً وبشكلٍ متسارعٍ، حتّى صارت لغة العصر بامتياز ولم تستثن صغيراً أو كهلاً كبيراً، وسهلت التواصل بين النَّاس كتابيّاً ومحادثةً مهما ابتعدت أماكنهم وبلدانهم. وبلا شك إن في هذه الأجهزة وما فيها من تطبيقات متنوعة مضارا ومساوئ ولربما مساوئها أكثر من محاسنها. ومثال على ذلك مشاهدة الصور والمقاطع والترويج لها من خلال نشرها ومشاركتها بين الأشخاص. فالكثير منها غير لائق لا للمشاهدة ولا للنشر. فالكثير منها يحتوي على أمور غير شرعية لا يقبلها الإسلام ولا حتى العرف كصور الفتيات غير المحجبات أو صور شباب مثيرين للفتنة وغير ذلك الكثير. وعندما نعطيها إعجاباً أو ننشرها نكون بذلك قد أسهمنا في الترويج لها ومكنّا الكثير من رؤيتها ومن ثّم نكون قد حملنا أنفسنا أوزاراً على أوزارنا كقوله تعالى: (لِيَحْمِلُوا أَوْزَارَهُمْ كَامِلَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَمِنْ أَوْزَارِ الَّذِينَ يُضِلُّونَهُم بِغَيْرِ عِلْمٍ أَلَا سَاءَ مَا يَزِرُونَ)، فأنت عندما نشرت تلك الصور والمقاطع المخلة بالآداب الإسلامية تكونين قد حملتِ وزرك ووزر من شاهدها، ونحن في غنى عن ذلك، يكفينا آثامنا الملقاة على ظهورنا فمالنا نأتي بآثام أخرى.

فينبغي علينا كمؤمنين أن نأخذ الحذر والحيطة من هذه الأمور وأن نمعن النظر قبل أن نعطي إعجاباً بصورة أو بمقطع فيديو، يجب علينا أن نحدد نوعية المنشور هل هو صالح للنشر وخالٍ من الأمور غير الأخلاقية ولا يسيء للإسلام ولا يروج لأهل الفسوق والعصيان، بعد ذلك يمكننا نشره أو الإعجاب به. وعلينا أيضاً أن ننظر إلى تلك المواقع نظرة العاقل الحكيم، لنستفيد منها قدر





دعاء فاضل الربيعي /النجف الأشرف

المستطاع، وذلك عبر نشر الفائدة والمعلومة الصحيحة، وبدل أن نكسب أوزاراً نكسب حسنات وذلك بالترويج لأمور دينية وعبادية وأخلاقية، ونسهم في إصلاح المجتمع وننفع الآخرين بمنشورات راقية تليق بنا كمسلمين ومسلمات لنسهم في نشر الفكر الإسلامي ونتصدى للهجمة الشرسة التي يتعرض لها المسلمون في وقتنا الحاضر.

سُرى: معك حق في كل ما قلتَ شكراً لأنك نبهتني بهكذا أمر خطير كنت أحسبه أمرً عادياً وغير مهم، لكن الحقيقة غير ذلك تماماً، لن أنشر كل شيء كما في السابق، بل سوف أتاكد من كل منشور قبل نشره أو إعجابي به أو تعليقي عليه وأسال الله أن يغفر لي ما مضى.



قالت وقلنا

قالت: أتساءل دائماً هل في هذه الدنيا ما نفرح لأجله؟ فأغلبها أحزان وهموم ومصاعب.

قلنا: لماذا هذا التشاؤم والنظرة السوداوية؟ تأملي حولكِ ستجدين أشياء كثيرة جميلة في الحياة، فلا ينبغي أن تركزي على النقاط السوداء فقط.

قالت: نقطة سوداء واحدة أو محنة واحدة تجعلنا نشعر بالإحباط، فكيف بالنقاط الكثيرة والشدائد الكبيرة؟

قلنا: مهما بلغت كثرة المحن وتضاعف حجمها فهي لا شيء أمام نعم الله تعالى علينا، فلو قارنّا بينها لتلاشت كل الهموم والمصاعب، لأننا لا يمكننا عدّ النعم ولا إحصاءها ولا شكرها.

قالت: كيف تتلاشى وهنالك من يبتلى بها طوال عمره ويبقى يعاني منها كأن يصاب بمرض أو يبتلى بفقر وبؤس شديد، وغيرها من الابتلاءات الصعبة؟

قلنا: الله سبحانه يحبنا وعلى قدر حبه لنا يبتلينا ليختبر إيماننا أو لينبهنا من غفلتنا ويقدر لنا الخير إن صبرنا في الدنيا فيرفع درجاتنا في الآخرة، كما يحصل في الامتحانات المدرسية، فالذي يجد ويتعب ويصبر، بالتأكيد سينجح ويفلح ويحصل على درجات عالية، والعكس صحيح.

قالت: لا أعتقد أن هناك من يطيق التحمل والصبر وينجح في تلك الامتحانات التي يفقد فيها الإنسان سيطرته على عقله وعلى تصرفاته.

قلنا: لقد ابتلى الله تعالى نبيه أيوب (عليه السلام) في ماله وأولاده وبدنه وسلبه كل النعم وظل يحمد ربه ويشكره ولم يجزع ولم يسيء الظن به، وأصبح مثالاً للصبر والرضا بقضاء الله عز وجل وقدوة صالحة لعباده.

قالت: أسأل الله تعالى أن يلهمنا من صبر الأنبياء والأولياء (عليهم السلام) والرضا على نزول البلاء والشكر في الشدة والرخاء.



مدينتي الجميلة

شعر: حيدر صباح

مدينتي الجميلة بهيةٌ أصيلة
دوماً هي النظيفة أجواؤها لطيفة
كثيرة الأشجار طيبة الثمار
تحيطها حديقة أزهارها رقيقة
هيا انظروا إليها وحافظوا عليها
في عمقها محلتي تزهو بها أزقتي
ألهو بقرب الدارِ محترماً جواري
فيها محل عطار راقٍ ويُدعى بشار
نشتري منه الحلوى أنا وأختي سلوى
فلندعُ في سكينة ربِّ احفظ المدينة

ما بعد الحجر المنزلي

"أطفالنا ليسوا هم"

تحقيق: زينب صالح/ لبنان

نسمع كثيراً عبارات مثل "ابني تغيّر بعد كورونا"، لنجد أنفسنا أمام تحدٍّ جديد، وهو علاج التأثيرات النفسيّة لمرحلة ما بعد الحجر المنزلي على الأطفال



"بعد فترة كورونا والحجر المنزلي، ابني (علي) (سنة ونصف)، لم يعد يستجيب عندما ننادي عليه، وصار كثير الشّرود، ولا يعنيه الأشخاص، إلا الذين يسكنون معه في المنزل. تغيّر كثيراً، وفقد مهارة التآزر البصري". تشرح "منى" قصّتها مع ابنها، وتضيف "أثّر عليه ابتعاد والده عنه بسبب إصابته بكورونا، فدخل ما يُسمّى بالانغلاق الاجتماعي." منى، أخذت ابنها عند معالج نفسي، كي تتأكّد أنّه لا يعاني من أي مشكلة، وكذلك حال "ريما" التي تقول" ابني (عبد) (٥ سنوات)، بعد فترة الحجر المنزلي، صار يبكي ويتمسّك بثوبي عندما يرى أيّ إنسان غريب، حتى بائع الدكان، أو أخي، ولاحظت عليه مشكلة في النطق، أخذته عند معالج نفسي، وعند أخصّائية نطق، وتبيّن أنّه لا يعاني من أيّ عارض، ولا يحتاج إلا اللعب، ورؤية الناس والانخراط في المجتمع".

طفلٌ آخر عمره عامان (أحمد) خاف والداه من طيف التوحّد، وأخذاه عند طبيب نفسي، ليتبيّن أنّ الأمر كله ناتجٌ عن عدم مخالطة الأشخاص خارج المنزل. وما زاد الأمر سوءًا هو "إدمان الأولاد على مشاهدة التّلفاز، أو استعمال الأجهزة الذكية، ما أدّى الى ضياع تركيزهم، بحسب الأخصّائية النفسية التربوية، (لولا خليل).

تأثيرات أكثر من المتوقع

في الظروف الصعبة التي واجهها العالم نتيجة لانتشار فيروس كورونا، والإغلاق والإجراءات المختلفة التي اتّخذتها الدول كافّة في محاولة لاحتواء الفيروس، وخصوصاً في ظل إغلاق المدارس، ورياض الأطفال، وصالات الألعاب، ومنع التجمعات والزيارات، لوحظ أن الآثار السلبية الناتجة عن هذه الأوضاع تظهر بشكل واضح على الأطفال وقد يتطلب الأمر برنامجاً مطوّلاً للتخلص من هذه الآثار، بحسب ما نشر موقع DW.

فبحسب الموقع أعلاه، في كانون الأول /ديسمبر الماضي، وجد طبيب الأطفال الألماني (أكسل غيرشلاور) نفسه يعالج ثلاثة قاصرين قاموا بتشويه أنفسهم نتيجة التوتّر والضغط النفسي الذي يعيشونه في جائحة كورونا. وفي حين لم يتمكن الطبيب (غيرشلاور) من معاينة جميع مرضاه، لم يتوقف هاتفه عن الرنين، من آباءٍ يطلبون نصيحته. ويقول الطبيب الذي يملك عيادة في مدينة بون: "كان هناك تحول نحو القضايا النفسية، بدءاً من القلق إلى اضطرابات التركيز إلى اضطرابات النوم. وفي الأشهر الأخيرة، ازدادت مشكلات الصحة العقلية بشكل كبير."

ويضيف (غيرشلاور) الذي يشغل أيضاً منصب المتحدث الإعلامي لقسم شمال الراين في الرابطة الألمانية لأطباء الأطفال، أن التقارير التي يحصل عليها من زملائه تزداد دراماتيكية يوماً بعد يوم، "الاضطرابات السلوكية، مشاكل تطور الكلام، إضافة إلى أن الكثير من الأطفال يكتسبون وزناً كبيراً. واستهلاكاً مفرطاً للإنترنت ومواقع التواصل".

مرحلة استثنائية طويلة وصعبة

"مرحلة "الحجر المنزلي" مرحلة كتبت ذاكرةً تربويةً جديدةً في واقعنا، هذه المدة الزمنية التي طالت بشكل غير متوقع كان لها العديد من الآثار التّربوية والنفسية في الأبناء، ولعلّ أكثر أمرٍ أفقد الأهل سحر الأبوّة التي تجعلهم في عقول أبنائهم يعرفون كل شيء، هو العبارة الشائعة التي صاروا يسمعونها: لا نعرف متى ينتهي الحجر .. انتظر حتى ينتهي"، تقول الدكتورة (لاريسا صفا)، تخصص علوم تربوية، وتصنّف الدكتورة صفا الأزمة التي عصفت على الكرة الأرضية جمعاء تحت عناوين عدّة، منها:

أحلام الأطفال صارت مشروطة

تقول (صفا) "أولادنا أصبحت أحلامهم مشروطة ودائما تحمل همّ العدوى.. حتى القبلة التي كانت رسالة سلام باتت رسالة مشوبة بالمخاطر المحتملة: لا تقترب، ابتعد، يمكن يعديك، يمكن معو كورونا. ثمّ رأينا أطفالنا يكبرون بسرعة، وينتقل اليافعون الى مرحلة الشّباب وقد اقتُطِعَت من مسيرتهم سنواتٌ من اللّعب والحيويّة بين ربوع المدرسة وفي نادي الأصدقاء. وحين يتكلم الأبناء، صاروا يتحدّثون بشغف الحالمين عن أجمل أيام مدرستهم، عن النوادي الرّياضية والمسبح والصلاة في المسجد وزيارة الأصدقاء."

إدراك أهميّة النعمة

تقول الدكتورة (صفا) بأنّ فترة الحجر الصّحي، علّمت الأبناء على تقدير معنى النعمة. فبعد أن كان ارتياد النّوادي الرّياضية والذّهاب الى المدرسة والى بيوت الأصدقاء تُعتَبر من الأمور البديهية، صارت الآن نعماً كبيرة، نرى جمالها في بريق عيونهم ونحن نقول لهم: سنذهب الى بيت الجدّة.

الزّيادة للجهاز الإلكتروني

تضيف الدّكتورة، بأنّ الجهاز الإلكتروني أخذ حيّز الصدارة في قيادة دفّة الحياة،" كنتُ أكثر ما أخشاه أن يأتي الوقت لتكون التكنولوجيا عصب الحياة، فيسهل قطع شريانها عند أقل تحدّ، لذلك أراني أطفئ الجهاز بنفسي وأفتح الكتاب، وأدعو الأهل جميعهم لفعل هذا، حين يستطيعون".

كورونا والانغلاق الاجتماعي

"بعد فترة كورونا، ظهر عند الأولاد ما يُسمّى بالانغلاق الاجتماعي"، كذا يقول الدكتور المعالج النفسي، (انطوان الشّرتوني). ثم يضيف: لاحظنا على الأطفال بعد الحجر، أنّه لا ملل لديهم للتواصل الاجتماعي وبناء علاقات مع الآخرين، بسبب أنّهم يجلسون في البيت في مكان مغلق كل الوقت، لكنّ وسائل التواصل الإجتماعي خفّفت قليلاً من الانفصال الاجتماعي عن المحيط. أمورٌ أخرى ظهرت عند الأطفال مثل العدوانية، والاكتئاب، والقلق المفرط". وكيف يستطيع الأهل التّخفيف من حدّة هذه الآثار؟ يقول الدكتور الشّرتوني" يلعب الأهل دوراً كبيراً في التخفيف من هذه الأعراض، عبر تخصيص وقت لقضائه مع أطفالهم، خاصّةً في فصل الصّيف، وقيامهم بأنشطةٍ مشتركة، والحديث معهم عن همومهم وأفكارهم، وإعادة بناء الصّداقات مع الآخرين، وممارسة الرّياضات مثل السّباحة والركض ولعب كرة القدم، مع المحافظة على السّلامة العامّة والشّخصية طبعا".

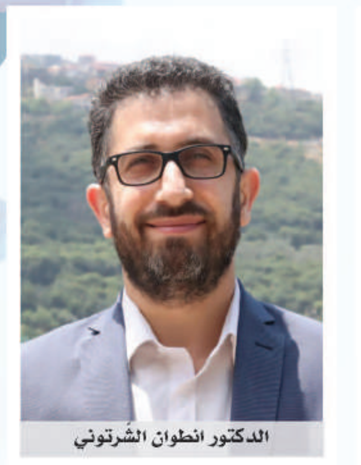
الخوف أولاً!!

تقول الأخصّائيّة النفسية التربوية (لولا خليل) "قبل الحديث عن آثار الحجر المنزلي على الأطفال، يجب التطرّق إلى سؤال أساسيّ، وهو كيف تعامل الأهل مع الأطفال في فترة الحجر المنزلي؟ وما هي الأفكار التي زرعوها في عقولهم؟ فالأهل الذّين كانوا يبالغون في الخوف، أو العزلة الاجتماعية، وجد أبناؤهم صعوبة أكبر في الانخراط في المجتمع، من الأطفال الذين تعامل ذووهم باتّزانٍ مع مسألة الحجر.

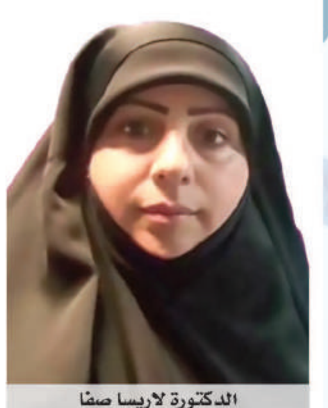
العلاقة مع المدرسة

وعن العلاقة بالمدرسة والتعليم، في فترة الحجر المنزلي، تضيف (خليل) "فقد الكثير من الأطفال الدّافعية للدرس والتعلّم، بسبب التعليم عن بعد ومشكلاتها التقنية واللوجستية، وبسبب الغياب عن المدرسة لفترة طويلة من الزّمن، وغياب الدقة في التقييم ووضع العلامات من قبل المدارس".

الاخصّائيّة لولا خليل



الدكتور انطوان الشرتوني



الدكتورة لاريسا صفا

العناد عند الرجل والــمرأة

أ.د. سعاد سبتي الشاوي
جامعة بغداد- كلية التربية للبنات

يعرف العناد بأنه اضطراب سلوكي يتسم بالعند من دون هدف أو وعي، وهناك أنواع منه: العناد الايجابي وهو المثابرة من أجل الوصول لهدف معين وعدم الاستسلام والتحدي، ودليل على الاستقلالية وقوة الشخصية وينشأ منذ الطفولة والشخص الذي لا يمتلكه غالباً ما تكون شخصيته ذات خضوع واستسلام، وقد يصبح في المستقبل خجولاً وانطوائيا، وهناك العناد السلبي الذي يُصر صاحبه على التمادي في الإثم والغي، وكثيرًا ما يرفض الحلول والبدائل ويكون على نوعين: العناد العقلي وهو التصلب في الرأي الذي يقاوم تصديق ما يطرح على صاحبه من معلومات وحقائق والعناد النفسي وهو الذي لا يقوم على منطق ولا يسانده دليل ولا حجة، بل هو نزعة عدوانية وسلوك سلبي وتمرد على الآخرين، وتظهر معه إرادة المخالفة وعدم الاستجابة للنصح والتوجيه.

والعناد صفة سلبية يتصف بها كل من الرجل والمرأة على حد سواء تعبيراً عن التمرد والرفض، وأحياناً الشعور بالنقص، أذ إن المراة تستخدم العناد حتى تظهر جانبها الأنثوي أحيانا وتحمل عنادها سلاحاً تشهره في وجه زوجها المستبد برأيه والذي يجد العناد عصا سحرية تمكنه من نيل ما يريد وتحقيق سطوته على الزوجة.

وتتعدد أسباب العناد ويختلف عناد الرجل عن عناد المرأة بشكل كبير، من أهم أسباب العناد عند كليهما هو رد العناد بالعناد. فعندما يتمسك أحد الأطراف برأيه فإن الطرف الآخر يتمسك برأيه أيضًا كما إن اتباع أساليب التربية الخاطئة منذ الصغر يجعل من العناد طبعًا في شخصية الفرد وسلوكاً طبيعياً في حياته اليومية، وقد يكون منشأ العناد جينات يرثها الفرد عن والديه فضلاً عن غياب الألفة والحب والاحترام في العلاقة بين الرجل والمرأة والرغبة في سيطرة أحدهما على الآخر وانعدام الثقة وعدم إشباع الرغبات والاحتياجات.

إن التعامل مع الفرد العنيد يحتاج إلى كثيراً من الصبر، سواء كان هذا الرجل أباً أو زميلاً أو زوجاً أو أخاً... الخ، لذلك فلا بد من اتباع الطرق التي تساعد في التعامل معه. ومن هذه الطرق وضع الفرد نفسه مكان الشخص العنيد ليتمكن من معرفة وجهة نظره تجاه الأمور التي قام بالعناد فيها، والتعرف على أفضل طريقة في التعامل معه.

كما لا يتم مقابلة العناد بعناد آخر أو إصرار على الرأي لأن ذلك يزيد من الإصرار على رأيه، مما يؤدي إلى حدوث تصادم كبير ينتج عنه الكثير من المشاكل والتي قد تُزيد الأمر سوءاً. ويفضل أن تتم المناقشة بكل هدوء وبصوت منخفض وبأسلوب لين، والابتعاد عن الحدّة والتوتر وأن يتم التعامل بشكل فيه كثيراً من الحب فتساعد هذه المعاملة في جعل الفرد يكشف عن مشاعره ويُترك مجال من الحرية والاستقلالية ليشعر الفرد العنيد من جراء ذلك بأهميته وبذاته ويبعده عن التفكير بأن هناك أشخاصاً يقللون منه والابتعاد عن إصدار الأوامر أو الإجبار على أن يقوم بفعل أشياء لا يرغب بالقيام به، ونسيان المواقف السلبية والتعامل بروح التسامح، وليتنازل كل من الطرفين قدر الإمكان حتى تسير الحياة في أمان واستقرار.

وأخيراً لا بد أن نعرف أن بالحب نقهر العناد فطاقة الحب طاقة شافية لها ذبذبات عالية تجلب الخير وتهذب النفس وتجعل الصعب يسيراً، فلننشر بالحب والسلام ما نريد ونحول الطاقة السلبية الى طاقة إيجابية للنور والخير.





لا تعارض بين الأمرين

لا يخفى علينا أَنَّ التشريعات الإسلامية بمختلف موضوعاتها تقوم على قاعدة (المصالح والمفاسد) فما من شيء أحلّه الله تعالى إلا وفيه مصلحة وفائدة للإنسان، وما من شيء حرمه الله تعالى إلا وفيه مفسدة ومضرة، وقد أثبت العلم الحديث صحة ذلك في الكثير من التشريعات الإسلامية التي توصل إليها من خلال التجربة والحس والوجدان.

وحجاب المرأة هو أحد التشريعات الإسلامية الثابتة، وهو فريضة من الفرائض التي يجب على المرأة المسلمة الالتزام بها، مهما تغير الزمان والمكان، بنص القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ﴾ أي يسترن رؤوسهن وأعناقهن وصدورهن، وهو الأمر الذي كانت النساء في الجاهلية قبل الإسلام تغفله حيث يظهرهن أمام الملأ العام، فنزل قوله تعالى: ﴿وَلَا تَبَرَّجْنَ تَبَرُّجَ الْجَاهِلِيَّةِ الْأُولَىٰ﴾، ولكن أصبحت المرأة في مجتمعاتنا المعاصرة متمردة نوعاً ما على هذا الواقع وتكاد تعود إلى ما كانت عليه في الجاهلية حيث تتسابق النساء إلى إظهار المفاتن والميل إلى الخروج من إطار الحجاب الشرعي الذي وضعه الإسلام على المرأة وهو أن تستر تمام بدنها ما عدا الوجه والكفين، كما لا يجوز لها أن تكشف عن زينتها الخفية وإن كان لا يظهر الجسم.

ونقدم هنا رسالة الى كل فتياتنا ونسائنا بضرورة الالتزام بالحجاب الشرعي الذي وضعه الإسلام لها وأن تعتز بحجابها وتفخر بهويتها الإسلامية لأنها عنوان عفافها والتزامها بقيم دينها وتعاليمه وثقافتها الإسلامية، ولأن الحجاب رمز الالتزام الديني؛ فهي وإن كانت محجبة تستطيع ايضاً بحجابها الشرعي أن تمارس حياتها اليومية وأن تعمل وتدرس وتستطيع الانخراط في منظومتها الثقافية وهي رسالة لها أن الحجاب لا يمكن أن يقف عائقاً أمام عملها وإثبات ذاتها وإنما بالحجاب الشرعي ترتقي وتنمي دورها المجتمعي والثقافي في المجتمع الذي تنتمي إليه.



أخطاء يمارسها الآباء

يسرُّ مجلة (زهور الجوادين) أن تمدّ جسور التواصل مع القارئات الكريمات، لتعلن لهنّ عن استقبال الأسئلة حول القضايا الاجتماعية والمشاكل النفسية وأساليب التربية وطرق الاعتناء بالأسرة وتنمية المجتمع، وتضع بعد ذلك الحلول والمعالجات لتلك الهموم بعد عرضها على المتخصصين وأصحاب الشأن، مع الحفاظ على الخصوصية الشخصية لصاحبة السؤال.

الاستشارية زهراء الغانمي/ مركز الارشاد الأسري
التابع للعتبة الحسينية المقدسة

راسلونا على البريد الإلكتروني: flowers@aljawadain.org

وصلتنا الرسالة التالية من الأخت المرسلة (ز.ح): لديه ٣ بنات وولد واحد وجميعهم بعمر المراهقة، لا يسمعون كلامي ولا ينفذون أوامري، كيف أتعامل معهم؟

عزيزتي المرسلة (ز.ح): تعدّ مرحلة المراهقة من المراحل العمرية الأكثر دقة في حياة الإنسان وتحتاج إلى تعامل وفهم خاص لها؛ بسبب ما يمرّ به المراهق من تغيّرات نفسية وجسمية وعقلية إذ يعاني الكثير من الآباء والأمهات من عدم احترام الأبناء المراهقين في هذه المرحلة بسبب:

- التربية الضاغطة من قبل الوالدين.
- التغيّرات الجسمية والنفسية والعقلية التي يمرّ بها المراهق.
- عدم فهم الآباء لهذه المرحلة الحساسة التي يمرّ بها أبناؤهم.
- سوء التواصل بين المراهق ووالديه.
- إعطاء الحرية الكاملة للمراهقين دون وجود الرقابة الأسرية.
- التركيز على سلبيات المراهق وترك إيجابياته.
- أصدقاء السوء.

أخطاء في تربية المراهقين

استخدام الاسلوب التسلطي بدلاً من لغة الحوار:

يأتي هذا التصرف من اعتقاد الأب أن ابنه طائش، غير عقلاني في تصرفاته، ومن أكثر الجمل شيوعاً عندما يبدأ المراهق بالتحاور مع أبيه "لا تناقشني أنا والدك"، "أنت ما تزال صغيراً" جمل يقطع بها الوالد كل سبل التواصل الممكنة بينه وبين ابنه، وهذا الأسلوب قد يمنع المراهق من أن يفكر حتى ببدء حوار مع أبيه؛ لأنه يعلم نتيجة ذلك الحوار مسبقاً، وأنه سينتهي بأوامر صارمة.

ضعف التواصل بين الآباء والأبناء:

من الغريب أن الآباء ورغم إدراكهم لعمق الفراغ بينهم وبين أبنائهم المراهقين، إلّا أنهم لا يبذلون جهداً لمحاولة التواصل معهم، وتأتي الحجة بأنهم لا يستطيعون فهم أبنائهم المراهقين، أو أبنائهم كذلك لا يفهمونهم.

تركيز الوالدين على سلبيات المراهق بدلاً من إيجابياته:

وذلك يعود للمعتقدات السائدة المتعلقة بهذه الفترة العمرية، والتي تنظر للمراهق وكأنه كتلة من الأفعال السلبية غير المقبولة أسرياً واجتماعياً، وقد لا تأتي هذه الفكرة من خبرة سابقة للأب، ولكن قد تكون نقلاً على ألسنة بعض الآباء التي كانت لهم تجربة سيئة مع أبنائهم المراهقين.

تقييم المشكلات على أساس التفوق الدراسي:

قد تقتصر فكرة الآباء عن المشكلات التي قد يواجهها أبنه المراهق في مشكلات الدراسة والتحصيل العلمي، فالأب يرى أن ما يجب أن يشغل فكر المراهق هو دراسته وتحصيله العلمي، وغير ذلك لا يعدّ مشكلة في نظره، وذلك فيه ظلم للمراهق وللتغييرات الكبيرة التي يمرّ بها وتؤثر على طريقة تفكيره، ومشاعره وسلوكياته.

الاعتماد التام على أحد الأبوين في التربية:

صعوبة التفاهم بين الأب والمراهق، وقلة التواصل بينهما تجعل الأب يوكل أمر تربية الابن أو الابنة في مرحلة المراهقة إلى الأم لظنه أن الأم أقدر على استيعاب التغييرات التي يمرّ بها المراهق، والتعامل معها. وهذا معتقد خاطئ، فشخصية الأب الديناميكية في هذه المرحلة تؤثر كثيراً على نضج ووعي المراهق وعلى الإشباع العاطفي والثقة بالنفس التي يحتاجها الأولاد والفتيات على حد سواء.

الانتقاد الدائم للمراهق:

هناك الكثير من العبارات التي يستخدمها بعض الآباء في انتقاد المراهق، فإن بعض الآباء يعتقد أن الانتقاد هو من أساليب التربية، غير مدرك الأثر السلبي الذي تتركه تلك الانتقادات في نفسية المراهق، ابتداءً من الشعور بأنه بلا قيمة، وأن أي تصرف يمكن أن يقوم به لن ينال الرضا مهما حاول، فيقتل فيه حب التميز، والإصرار والثقة بالقدرة الذاتية على النجاح.

مقارنة المراهق بمن هم في مثل سنة:

قد يعتقد بعض الآباء أن المقارنة بين ابنه المراهق وبين ابن الجيران، أو ابن خالته، أو حتى بينه وبين إخوانه الأكبر منه سناً الذين عبروا مرحلة المراهقة بدون مشكلات، طريقة لتحفيز هذا المراهق ليصبح أفضل. ويجب تذكُّر أن المراهق عنيد معتز بنفسه يحب أن يميز شخصيته عن غيره، وأن مقارنته بأي شيء تعدّ إهانة له حتى وإن كانت صحيحة.

كبت حاد أو حرية مطلقة:

إن لم أسيطر على ابني المراهق الآن، سأندم لاحقاً، فكرة استحوذت على أفكار الكثير من الآباء، على اعتبار أن المراهق يحتاج إلى ترويض، وأن هذا الترويض لا يأتي إلا بتحديد حرياته وتقييد حركاته. ولكن ما يغيب عن أذهان هؤلاء الآباء أن هذا الأسلوب يُولِّد لدى المراهق الانفجار، "فكل ممنوع مرغوب" وما لا يستطيع المراهق عمله أمام أهله سيقوم به من وراء ظهورهم.

على النقيض، قد يجد بعض الآباء أن إعطاء المراهق الحرية المطلقة في التصرف هي أنسب أسلوب للتعامل معه؛ لأن ما سأمنعه عنه الآن، يستطيع أن يقوم به لاحقاً، فالأفضل أن أكون على دراية بما يقوم به ابني ولو عن بعد. يجب على الآباء أن يوازنوا بين الحرية والرقابة وأن يقدم الإرشاد بدون ضغط، وعندما يحتاج المراهق له يكون قادراً على تقديم المساعدة.

عدم وجود توافق في نظام التربية بين الأم والأب:

ما يجب على الأبوين معاً تأكيده هو الالتزام بموقف واحد أمام الأولاد مهما حصل، وأي نقاش حول موضوع معين قد يتم بينهما بدون تواجد الأولاد، فالتناقض يقلل من احترام المراهق لوالديه، ويزعزع ثقته بقراراتهما، ومع الوقت تصبح الأوامر والنصائح بلا فائدة ما لم تتوافق مع أهواء المراهق.

الامتناع عن إظهار العواطف للمراهق:

يجد الآباء الصعوبة في إظهار مشاعرهم تجاه أبنائهم المراهقين، على اعتقاد أنهم قد أصبحوا أكبر سناً وقد يشعرون بالإحراج إذا ما أظهر الأب بعض العاطفة، كأن يقبل ابنه أو أن يجلسه بجانبه يمازحه ويحتضنه. لا تخجل من حق ابنك وابنتك عليك، وتذكر أنهم سيتعلمون منك التعبير الصحيح عن مشاعرهم وعدم الخوف أو الخجل من ذلك.

احتكرتني لشيخوختها

زينب حسين

بين البرّ ومخافة الوقوع في شباك العقوق، وبين رغبتي في إكمال نصف ديني وتخليل مسيرة حياتي بزوجة صالحة وأولاد يزينوها بشقاوتهم وضحكاتهم وبكائهم، مضت أيام عمري بغتةً وبدأ الشيب يباغتني بظهوره ليمحو علامات الشباب وينذر بإمارات المشيب.

أول تجربة

بدأت تجربتي الأولى عندما أردت الاقتران بإحدى زميلاتي في الكلية وجوبهت من والدتي بالرفض الشديد، ورغم حزني على عدم تحقيق رغبتي وفشلي في إقناعها، إلا أنني عزوت سبب رفضها إلى رغبتها في اختيار الزوجة المناسبة لي بنفسها وكونها تفضل الزواج التقليدي وتعتبره برأيها ناجحاً أكثر من أي طريقة أخرى.

التماس الأعذار

تركت لها حرية الاختيار بعد تلك المرحلة لكي لا أدخل معها في نقاشات حادة تؤدي في النهاية إلى غضبها وتهديدها بالتخلي عني واعتباري ولداً عاقاً، وهذا ما لا أطيقه باعتبارها كانت لي وما زالت بمثابة الأب والأم في الوقت نفسه بعد وفاة والدي (رحمه الله) وقد تحملت الكثير من المصاعب من أجل تربيتي وتعليمي حتى اشتد عودي وأصبحت شاباً وهذا ما جعلها تخاف عليّ كثيراً وتتعلق بي تعلقاً شديداً، لهذا التمست لها العذر في رفضها.

البحث عن الأنسب

أخذت تجوب بي من بيت لآخر لتخطب لي وأنا أوافقها الرأي سواء أكانت الفتاة تعجبني أو لا، لكنها في كل مرة تكتشف عيباً أو صفة سلبية في الفتاة كما تعتقد، كأن تقول إنها: (قصيرة جداً، أو طويلة جداً أو فقيرة وليست من مستوانا المادي، أو غير متعلمة، أو ليست جميلة) وغيرها من السلبيات لتنهي الأمر وتلغي الخِطبة وتعرضني للإحراج، غير مكترثة ولا مقتنعة بكلامي بأن هذه الأمور غير جوهرية وليست معيبة، ولا توجد فتاة كاملة مائة بالمائة، وأن الكمال لله تعالى وحده، لتنهي حديثي في كل مرة بقولها: (لا تحاول إقناعي، أنت لا تعرف الفتيات جيداً، إنها لا تناسبك سأختار لك الأحسن).

لا توجد كفء

مرت السنون وأنا على هذا الحال حتى بت أرفض أمر الخطوبة وأتحاشى الذهاب لأي مكان لكي لا أتعرض للإحراج من قبل أهالي الفتيات بسبب نزعات والدتي ومزاجها المتقلب، والأدهى من ذلك أنني أصبحت مرفوضاً من قبل بعضهن بسبب عمري الذي لا يتناسب مع أعمارهن الفتية، وما زالت والدتي تعتبرني شاباً صغيراً ووسيماً في نظرها ولا يمكن لأي فتاة أن تكون كفئاً لي، وما زالت مصرة على اقتراني بشابة تصغرني سناً متغاضية عن الفارق العمري الكبير بيننا، وهذا شيء مستحيل بالنسبة لي، لقد تعبت ماذا أفعل لأقنعها وأرضيها؟ ولا يمكنني أن أشكوها لأحد، ما لي سوى أن أدعو ربي ليهديها وتنسى أمر زواجي فلقد اعتدت على العزوبية وصرت أؤمن بأن استقراري هو أن أبقى هكذا حتى يوافيني الأجل.

مَن الملام؟

وذات يوم رجعت من العمل مبكراً وسمعت صوت رجل في بيتنا، أنصت قليلاً وإذا به خالي العزيز، سمعته يتحدث مع والدتي بغضب وهو يعاتبها ويقول: من هو الملام في تأخير زواجه، أنتِ أم هو؟ فإذا كان هو من يتحجج، فدعيني أتحدث معه لأتعرف على أسبابه، ولا أظنني أجد سبباً مقنعاً لهذا التأخير، وإذا اكتشفت بأنكِ السبب، فلن أسامحكِ أبداً. فقالت له وهي تبكي: أمنيتي أن أزوجه أفضل الفتيات وأحلاها، فصاح: ومتى ذلك؟ لقد ناهز عمره أكثر من أربعين سنة وغزا الشيب شعره، منذ أكثر من عشرين سنة وأنا أسألك عن هذا الأمر فتجيبين: (سأخطب له قريباً ولم يبقَ شيء)، إذن سأتولى أنا تزويجه ولا يمكن لأحد أن يعترض لا أنتِ ولا هو، كفى مماطلة سينقطع نسله إذا لم ينجب أولاداً يحملون اسمه ويعينوه عند كبره.

انكشاف الحقيقة

هنا صاحت والدتي وجاء ردها كعاصفة هوجاء هزت كل كياني بنطقها للحقيقة التي لطالما كانت تخفيها وهي تتوسل بأخيها: لا أرجوك يا أخي العزيز، لا تفعل هذا وتحرق قلب أختك، ففي كل مرة كنت أعقد النية وأذهب وأخطب له يراودني شعور غريب بأنني سأفارقه للأبد وأنه سيتركني وحيدة ويذهب مع زوجته وينساني، أو يطردني من البيت ليرضيها، لهذا كنت أتحجج وألغي كل شيء لكي لا أعيش هذه المعاناة، فدعه معي يا عزيزي حتى أكمل شيخوختي بسلام وأمان، فقال لها بغضب شديد: هل جننتِ؟ ما هذا التفكير اللا منطقي؟ أنسيتِ بأنها سنة الحياة؟ لقد قضيت على حياة ابنكِ الوحيد بظنكِ السيئ ودمرتِ مستقبله بأنانيتكِ.





مواجهة وعتاب

قاطعت حديثهما عندما دخلت وأنا منهار والدموع تنهمر من عيني قائلاً: لقد قضيت سنوات عدة وأنا خادم تحت قدميكِ ولم أعارضكِ يوماً وصابر على تقلبات مزاجكِ عسى أن تقتنعي بأية واحدة حتى لو لم تعجبني، لكن كل هذا الإحراج التي تعرضت له وكل هذا الألم والعذاب كان مجرد مسرحية! لماذا فعلتِ بي ذلك يا أمي؟ وما ذنب الفتيات اللواتي كسرتِ قلوبهن برفضكِ اللا مبرر له؟ لقد جعلتني أضحوكة وأنا واثق من قراراتكِ ومحترم لرأيكِ مطيع لكِ وبارٌ بكِ، فلو كنت غير ذلك لأجبرتكِ على القبول من أول فتاة قابلتها، أليس هذا مبرراً ودليلاً قاطعاً على برّي وحبي لكِ وأنني لن أستطيع الاستغناء عنكِ مهما فعلت بي؟

طلب المسامحة

أجهشت بالبكاء وهي تقبلني وتقول: سامحني يا بني، واغفر لي تقصيري في حقك، إن حبي المفرط لك وخوفي عليك وشدة تعلقي بك، هو الذي جعلني أحتكرك جهلاً وظلماً. من الآن سأكون طوع أمرك ولن أعترض على أية فتاة تريدها فلقد كبرت ونضجت وتستطيع اختيار الأنسب لتكون شريكة حياتك.

كل تأخير فيه خير

سامحتها من كل قلبي لأنها والدتي ولا يمكنني خصامها ولومها، وطاعتها من طاعة الله عز وجل، وعملت بنصيحتها واقترنت بزوجة عاقلة ناضجة ومناسبة لعمري، كانت سابقاً ترفض كل من يتقدم لها وتؤجل أمر زواجها لأنها كانت تعتني بوالدتها المريضة إلى أن وافاها الأجل، وأصبحت كابنة لوالدتي، بارة بها وعطوفة عليها، لأتيقن بأن كل تأخير في حياتنا فيه مصلحة لنا، فالله تعالى يؤخر قضاء حوائجنا ليقدر لنا الخير في الوقت المناسب لمصلحتنا.

ما هي الصحة النفسية؟

سناء منصور
أستاذة في علم النفس/ لبنان

يشير مصطلح الصحة النفسية عادةً إلى بعض المشاكل الصحية مثل: القلق والاكتئاب، ولكنه في الحقيقة يشير إلى الاتزان النفسي والعاطفي، والاجتماعي للفرد.

تعريفهـــا

تعريف الصحة النفسية من وجهة نظر علماء النفس: إن الصحة النفسية هي النضج الانفعالي، والاجتماعي وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم من حوله، والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة ومواجهة ما يقابلها من مشكلات، وتقبل الفرد لواقعه، والشعور بالقناعة والسعادة.

تعريف هيئة الصحة العالمية: الصحة النفسية هي تكيّف الفرد مع نفسه ومع العالم، مع حد أقصى من النجاح والرضا والسعادة والسلوك الاجتماعي السوي والقدرة على مواجهة حقائق الحياة وقبولها.

تعريفها بحسب مدارس علم النفس والتحليل النفسي: الصحة النفسية هي التوافق السليم والشعور بالصحة والرغبة في الحياة.

تعريف لجنة خبراء الصحة العالمية: الصحة النفسية هي قدرة الفرد على تكوين علاقات ناجحة مع الآخرين والمشاركة في تغيير وبناء البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، وإشباع حاجاته الأساسية بصورة متوازنة، وبناء شخصية قادرة على تحقيق الذات بصورة سوية.

تعريف الصحة النفسية من وجهة نظر إسلامية: الصحة النفسية هي حالة يشعر فيها الإنسان بالرضا والسعادة والراحة، عندما يكون حسن الخلق مع الله ويتمتع بروح عالية من الإيمان والتقوى، وملتزماً بالقيم ويحترم ذاته والآخرين، وهي من أجمل وأجل نعم الله (عزوجل) على عبده.

قال تعالى: (وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنسَاهُمْ أَنفُسَهُمْ)[1].

أهمية الصحة النفسية للفرد والمجتمع

للصحة النفسية أهمية كبرى بالنسبة للفرد والمجتمع، فهي تشكل لديه الاستقرار والتكيف النفسي مع الذات والمجتمع، وتنشئ أشخاصاً مستقرين نفسياً لديهم القدرة على ضبط انفعالاتهم والتحكم بذاتهم، وتوجيه سلوكهم بشكل إيجابي يساعد على حل المشكلات بطرق منطقية وسليمة.

الصحة النفسية تساعد على:

◈ الاستقرار الذاتي للفرد، وتجعل حياته خالية من التوتر والخوف والقلق.

◈ الشعور بالهدوء والسكينة والاستقرار العائلي والاجتماعي.

◈ تنشئ أفراداً مستقرين وأسوياء، وهذا يعود إلى الأسرة وتماسكها ووعيها، مما يؤدي إلى بناء جيل مؤمن، ومثقف وواعٍ.

◈ تُسهم في بناء شخصية متوازنة للفرد، مما يساعده على فهم ذاته وفهم من حوله، وهذا ما يساعده على التحكم بمشاعره وعواطفه وتوجيه سلوكه بطريقة إيجابية بعيداً عن ردود الفعل السلبية.

◈ تساعد الفرد على تحمل المسؤولية والتصرف بحكمة.

◈ تجعل الفرد متكيفاً مع مجتمعه، ففي أغلب الأحيان تكون تصرفاته وسلوكياته مقبولة ومحبوبة من العائلة والأقارب والمجتمع.

◈ ويعود الفضل الأكبر للصحة النفسية في تطور وتقدم الصناعة والتجارة، وهذا كله يُسهم في نمو الاقتصاد ،وذلك يعود لكفاءة الفرد وقدرته على تحمل المسؤولية وبذل جهده، والعمل بإتقان وضمير، من أجل التقدم والتطور للوصول إلى أفضل النتائج بنجاح وتميز.

كيف يمكن أن أتمتع بصحة نفسية سوية؟

▪ إضاءة على بعض مظاهر الصحة النفسية:

◈ التعامل مع الضغوط الطبيعة بطريقة واعية، وهادئة، ومنطقية.

◈ احترام الذات واحترام الآخرين.

◈ العمل بطريقة مدروسة ومنظمة.

◈ التفاؤل والشعور بالسعادة، والابتعاد عن التوتر.

◈ احترام الذات والشعور بالرضا.

◈ عدم لوم النفس.

◈ الشعور بمعنى الحياة، والاستفادة منها بطرق ايجابية.

◈ الثقة بالنفس، والإيمان بالله.

◈ العناية بالغذاء (تناول غذاء متوازن وصحي).

◈ الراحة (نوم، استرخاء، تنزّه...)

◈ تخصيص وقت للعائلة/ وقت للأصدقاء.

ونختم بقول الإمام علي عليه السلام (العافية إذا دامت جُهلت وإذا فُقدت عُرفت).

اللهم إنا نسألك العفو والعافية والمعافاة الدائمة.

١- سورة الحشر، الآية ١٩.

مرض العصر

ضرغام محمد علي

يُعد الشعور باليأس من وقت لآخر جزءاً طبيعياً في الحياة، وعندما يبقى لمدة طويلة بدون أي داعٍ فإن ذلك ربما يكون حالة مرضية.

الاكتئاب

مرض الاكتئاب أكثر من مجرد حالة من الحزن أو اليأس فقط، بل إنه يؤثر في طريقة تفكيرك وشعورك وكذلك وظائفك اليومية، ويمكن أن يتدخل في حياتك الخاصة. بغض النظر عن مدى شعورك باليأس، يمكنك أن تتحسن من خلال فهم وتحليل ماهية سبب الاكتئاب، والتعرف على الأعراض المختلفة وأنواع الاكتئاب.

ما هي أعراض الاكتئاب؟

يختلف الاكتئاب من شخص لآخر، لكن هنالك بعض الأعراض الشائعة منها:

الشعور باليأس والعجز، فقدان الاهتمام بالأنشطة اليومية، ومعنى ذلك أنك لم تعُد تهتم بالأنشطة الاجتماعية، حينها تكون قد فقدت قدرتك على الشعور بالبهجة والسرور، كذلك تغير في الشهية والوزن وتغير النوم الذي يسمى بـ (الأرق)، وكذلك الغضب أو التهيج، والشعور بالقلق والعنف ليكون مستوى التسامح لديك منخفضاً، وفقدان الطاقة والشعور بالإرهاق، حيث يشعر الجسم بالثقل. ومن الأعراض أيضاً كُره الذات ومشاعر لا قيمة لها، أو انتقاد النفس بشدة للأخطاء الصغيرة، وربما يصطحبه سلوكٌ متهور يؤدي للانخراط إلى تعاطي المخدرات.

من مشاكل الاكتئاب

١. خلل في التركيز

٢. الأوجاع والألم غير المبرر مثل الصداع وألم الظهر والعضلات والمعدة.

ولمعالجة الاكتئاب هنالك عدة طرق بسيطة منها:

١. فعل شيء جديد.
٢. نقوم بعمل تطوعي
٣. نتعلم لغة جديدة
٤. ممارسة بعض الهوايات.
٥. ممارسة الرياضة.
٦. الجلوس في أماكن عامة.
٧. قراءة طرائف الحكم.

تدفع هذه الطرق إلى إفراز مادة (الدوبامين)[١] المرتبط بتحسين المزاج وأهم شيء هو التقرب من الله تعالى والحفاظ على الصلاة وتقوية الإيمان بالله تعالى وقراءة القرآن، فإن ذلك يعُزز ثقته بنفسه ويمنحه الثبات ويحميه من الحيرة ويكسبه مناعةً ووقايةً من الأمراض النفسية وخاصةً الاكتئاب[٢] ومن الجدير بالذكر أن الاكتئاب من الأمراض العصرية التي زادت حدتها واشتد انتشارها مؤخراً؛ لِما يمر به الشخص بعوامل خارجية، وقد كشفت دراسة أمريكية حديثة لباحثين بمستشفى (ماونتسيناي) في مدينة نيويورك نشرت نتائجها في دورية (مجتمعات الطبيعة العلمية)، وهو أن مركبات طبيعية مستخلصة من العنب يمكن تطويرها كعلاج فعال من الاكتئاب خاصة للذين لا يستجيبون للعلاجات الحالية للمرض[٣]، وقد قرأت في كتاب (علم النفس في ضوء المنهج الإسلامي) للدكتور محمود البستاني أن العنب الأسود يفيد في علاج الاكتئاب، وفي نهاية الحديث ما علينا إلا نذكر بالمداومة على قراءة القران، فهو خير سبيل وعلاج للنفس، يقول سبحانه: (أَلاَ بِذِكْرِ اللّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ)[٤]، (وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكًا)[٥].

١- الدوبامين هو مادة كيميائية أو هرمون موجود بشكل طبيعي في جسم الإنسان، حيث يعزز من الشعور بالسعادة، بالإضافة إلى كونه ناقلًا عصبيًا، أي أنه يرسل إشارات بين الجسم والدماغ.

٢- www.youtube.com
٣- www.aljazeera.net
٤- سورة الرعد، آية ٢٨.
٥- سورة طه، الآية١٢٤.



التهاب الكبد الفايروسي (أ)



د. سعد البناء
وحدة الطبابة
العتبة الكاظمية المقدسة

التهاب فيروسي يصيب الكبد ويمكن أن يسبب حالات مرضية تتراوح في شدتها بين الخفيف والخطير، ولا يسبب مرضاً مزمناً مثل الأنواع الأخرى (التهاب الكبد الفيروسي ب، ج، د، ه).

انتقال المرض

ينتقل المرض عن طريق الأطعمة والمياه الملوثة أو المخالطة المباشرة لشخص مصاب بالعدوى وينتشر في المناطق التي لا تتوافر فيها مياه شرب معقمة وانعدام النظافة.

فترة الحضانة

تتراوح الفترة بين دخول الفايروس إلى الجسم وظهور الأعراض (١٤-٢٨) يوماً.

الأعراض

- قلة الشهية (أهم الأعراض).
- الحمى.
- الغثيان.
- التعب والتوعك وآلام العضلات.
- اصفرار الجلد وبياض العينين.
- لون البول الداكن.

أحياناً يشفى المصاب بدون ظهور أي أعراض وتظهر الأعراض في البالغين أكثر من الأطفال وتكون الإصابات الشديدة لدى الفئات الأكبر سناً.

عوامل الخطورة للإصابة بالمرض

- سوء خدمات الصرف الصحي.
- عدم توافر مياه شرب معقمة.
- السفر دون تلقيح إلى مناطق موبوءة بالمرض بمعدلات عالية.

العلاج

- لا يوجد علاج محدد.
- أعراض المرض تزول بطيئاً وقد يستغرق أسابيع عدة أو أشهر.
- الراحة التامة للمريض ضرورية جداً.
- تعويض السوائل المفقودة.
- عدم تناول حبوب الباراسيتول أو مضادات التقيؤ لتأثيرها على الكبد.

الوقاية

- توفير المياه الصالحة للشرب.
- الاهتمام بالنظافة الشخصية وغسل اليدين.
- اللقاح.

نزيف الأنف عند الأطفال



المصدر: mawdoo3.com

يُنصح باتخاذ الخطوات الإسعافيّة التالية عند نزيف أنف الطّفل:

◈ يحافظ مُسعف الطّفل على هدوئه، وأن يُشعِر الطّفل بالاطمئنان.

◈ يُجلِس الطفل على الكرسي بوضعيةٍ مستقيمة أو على حضن الشخص المُسعِف، ثمّ إمالة رأسه قليلاً إلى الأمام.

◈ لا يصحّ استلقاء الطفل أو إرجاع رأسه إلى الخلف؛ لأنّ ذلك يُسهم في تدفق الدم إلى مؤخرة الحلق، ممّا يسبّب السّعال أو القيء.

◈ الضغط برفق على الجزء اللّيّن من الأنف، باستخدام منديل أو قطعة قماش.

◈ الاستمرار بالضغط لمدة ١٠ دقائق، فقد يعاود نزيف الأنف مرةً أخرى في حال التوقف عن الضغط قبل انقضاء المدة المذكورة.

◈ منح الطفل وقت للراحة بعد توقّف نزيف الأنف، مع تجنّب تنظيف الأنف أو إدخال أي شيء فيه، إضافةً إلى تجنّب العبث العنيف بالأنف.

التعامل مع نزيف الأنف المتكرر

إذا كان الطفل يعاني من نزيف الأنف المتكرر، فيُنصح بإجراء التدابير الآتية:

◈ استخدام بخاخات المحاليل الملحيّة المُخصّصة للأنف مرات عدّة في اليوم.

◈ فرك المنطقة داخل فتحات الأنف باستخدام مرطب، وذلك باستخدام عود قطني أو الإصبع.

◈ استخدام جهاز تبخير في غرفة نوم الطفل، وذلك لمنح الرطوبة لجوّ الغرفة.

◈ المحافظة على تقليم أظافر الطّفل باستمرار؛ لتقليل احتمالية خدش الأنف أثناء تنظيفه أو تهيّجه أثناء العبث به.

الحالات الطارئة لنزيف الأنف

تحتاج بعض حالات نزيف الأنف إلى طلب الرعاية الطبية الفورية، ونذكر بعضاً من هذه الحالات فيما يأتي:

◈ إذا استمر نزيف الأنف رغم الضغط على أنف الطفل لمدّةٍ تصلّ إلى ٢٠ دقيقة.

◈ إذا كان نزيف الأنف تابعاً للتعرّض لإصابةٍ في الرأس، أو السّقوط، أو تعرّض وجه الطفل للضرب.

◈ إذا رافق النزيف أعراض أخرى؛ كالصّداع الشديد، أو الحمّى، أو أيّ أعراضٍ أخرى تستدعي الاهتمام.

◈ إذا ظهر أنّ أنف الطفل قد انكسر أو تشوّه شكله.

◈ إذا ظهر على الطفل علامات تُشير إلى فقدانه كميّةٍ كبيرةٍ من الدم؛ كشحوب وجهه، أو شعوره بالدوار أو الدوخة.

◈ إذا بدأ الطفل بإخراج الدم أثناء السّعال أو التقيؤ.

◈ إذا كان الطفل يتناول أحد أدوية مميّعات الدم، أو كان يُعاني من أحد اضطرابات النزيف.

فوائد الكرز الأخضر

للكرز الأخضر فوائد صحية متعددة، مثل قدرته على بناء العضلات والتئامها، بالإضافة لقدرته على بناء الأوعية الدموية بسبب احتوائه على فيتامين C، كما إنه مفيد لصحة العينين، ومفيد جداً للتخلص من القلق بسبب احتوائه على مضادات الأكسدة، التي لها دور كبير في حماية أنسجة الجسم وخلاياه من التلف والتي يؤدي حدوث ذلك إلى الإصابة بمرض الزهايمر والسرطان والسكري والشلل الرعاشي. أما عن فوائد الكرز الأخضر الأخرى فهي الآتية:

◈ التقليل من خطر الإصابة ببعض الأمراض حيث يعمل الكرز الأخضر على تعزيز صحة القلب وتقليل خطر الإصابة بأمراض القلب لاحتوائه على مواد غذائية لها القدرة على منع الالتهابات التي تصيب القلب، كما يحتوي الكرز الأخضر على مادة السوربيتول وهي عبارة عن كحول سكري تعمل كمُلين لتجنب حدوث الإمساك، كما يمكن للكرز الأخضر أن يتخلص من الصوديوم الزائد في الجسم عن طريق التبول والذي يسهم ذلك في السيطرة على ضغط الدم، بالإضافة إلى إسهامه في انبساط الأوعية الدموية عندما ينخفض ضغط الدم، وقدرته على التقليل من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية.

◈ تعزيز صحة العظام فهي مهمة جداً للجسم وقدرته على القيام بحركته ووظائفه الأخرى. فمن أهم فوائد الكرز الأخضر عند تناوله بانتظام هي تحسين صحة العظام ومنع ترققها وذلك بسبب محتواه الجيد من عنصر البوتاسيوم عن طريق قدرته على الزيادة من كثافة العظام وتكوينها ومنع فقدانها الناتج عن نقص هرمون المبيض. وأيضاً احتواؤه على البوليفينول مفيد في تحسين صحة العظام، كما تظهر إحدى الدراسات التي أجراها الدكتور برنارد هالوران أن تناول الكرز الأخضر بكميات منتظمة يسهم في استعادة وتكوين كثافة العظام التي فقدت لأسباب عديدة منها التقدم بالعمر.

◈ تحسين صحة الجهاز العصبي فللكرز الأخضر فوائد مهمة جداً لصحة هذا الجهاز بما فيه من الأعصاب والدماغ، حيث إن له القدرة في تحسين نقل إشارات الأعصاب والنواقل العصبية، ومن ثم تحسين سير الجهاز العصبي، بالإضافة إلى قدرتها الكبيرة على المساعدة في نمو الدماغ الطبيعي، كما تؤدي إلى تحسين المزاج الذي يؤثر بدوره على الهرمونات، يتواجد بالكرز الأخضر حمض أميني يسمى التربتوفان، أما عن دور هذا الحمض الأميني فهو إنتاج ناقل عصبي يسمى السيروتونين، ويعمل هذا الناقل العصبي على تحسين العديد من الأمور منها النوم والشهية بالإضافة إلى زيادة التركيز.

المصدر: sotor.com



أطعمة تمنع ظهور حبّ الشباب

يعتبر ظهور حبّ الشّباب مشكلةً شائعةً لدى المراهقين الذين يمرّون بمرحلة البلوغ، حيث تتسبّب الهرمونات في زيادة إنتاج الزّيوت من الغدد، مما يؤدي إلى انسداد مسام الجلد وظهور البثور.

ومن الجدير بالذّكر أنّ اتباع نظامٍ غذائيٍّ صحّيٍّ يمكن أن يساعد على منع ظهور حب الشّباب وتطوره، ومن أهمّ الأطعمة الغنيّة بالعناصر الغذائيّة التي يُنصح بتناولها للتقليل من ظهور حبّ الشّباب ما يلي:

◈ الأطعمة ذات المؤشّر الجلايسيمي المنخفض: مثل الحبوب الكاملة، والبقوليات، وبعض أنواع الفواكه والخضروات غير المصنّعة.

◈ الأطعمة الغنيّة بالزّنك: مثل بذور اليقطين، والكاجو، واللّحم البقري، والدّيك الرّومي، والكينوا، والعدس، والمأكولات البحريّة مثل المحار، حيث يؤدي الزّنك دوراً مهمّاً في نمو البشرة، وتنظيم الهرمونات وعمليّات الأيض في الجسم.

◈ الأطعمة الغنيّة بالمغذيات: مثل فيتامين أ، وفيتامين هـ، والأحماض الدهنيّة الأوميغا٣، ومضادّات الأكسدة، حيث تعمل هذه الأطعمة على محاربة حبّ الشّباب.

◈ الفواكه والخضراوات الصّفراء والبرتقاليّة: مثل الجزر، والمشمش، والبطاطا الحلوة.

المصدر: mawdoo3.com

أوراق ملونة

موعظة

قال أمير المؤمنين علي بن أبي طالب (عليه السلام):

(لا تفرح بسقطة غيرك فإنك لا تدري ما تتصرف الأيام بك).

خطأٌ شائع

من الخطأ استعمال كلمة (بمثابة) بقصد بمنزلة. كقولنا: أنت بمثابة أخي، أو أعتبر هذا بمثابة اعتذار.

الصواب قول: أنت بمنزلة أخي، سأعتبر هذا اعتذارًا.



ومضة

البحث عن الخلاص

خلاصٌ يُرتجى

من براثن الظلام

ألتمسُ النور

من نفقٍ مهجور

أغمضُ عينيّ

أقرأُ بسملات

ذبذبات الروح

تلهمني.. ترشدني

تعبرُ بي أشرعة

المسافات....

تسابقُ حواجز الوجل

تعلن الوصول...

أخيراً..

كان هواء العبور

وتنشقتُ الحياة.

بقلم إلهام غرابي/لبنان

قصة لوحة



لوحة الحصاد الذهبي: رسم هذه اللوحة في ربيع العام ١٨٨٨م الفنان فان غوخ تحت الشمس الحارة في حقول القمح المتناثرة جنوب فرنسا. وتظهر هذه اللوحة مُركّبة من عدة أجزاء بحيث اعتمد فان غوخ مقاربةً مكانيّة في رسمها، فنرى أكوام القمح المحصود في الواجهة، الحقول المصفرّة الشّاسعة بعدها، ثم الجبال الزرقاء البنفسجية في الخلفية مقابل سماءٍ زرقاء تركوازية. ربّما لم تكن هذه هي الطبيعة المثاليّة التي رسمها فان غوخ لكن ما عدا رسوماته التي تمثل حياة القرويين وعملهم في الأرض، نرى أن هناك موضوعاً متواتراً في لوحاته، فقد صوّر مراحل مختلفةً من الحصاد، وهنا نرى مثلاً كومة قش، سلالم، عربات مختلفة، وعلى اليمين رجلاً مع مذراة. وعلى الرغم من أن الفلاحين كانت أحجامهم صغيرة إلا إنهم كانوا هم روح هذه اللوحة.

قطعة حلوى

لما رأى نجيب محفوظ طفلاً يبيع الحلوى، بكى ثم كتب: (وأحلام الأطفال قطعة حلوى وهذا طفل يبيع أحلامه).

حكمة



قال الإمام علي بن أبي طالب (عليه السلام):

(ابذل لصديقك كل مودة، ولا تبذل له كل الطمأنينة، وأعطه من نفسك كل المواساة، ولا تقص إليه بكل أسرارك).





تُقيم

الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة

المهرجان السنوي السابع للشعر العربي

تحت شعار:

القضية المهدوية في قوافي الولاء

١٧- ١٨/١٢/٢٠٢١م

ترسل القصائد إلى البريد الإلكتروني:
poetryjawadain7@gmail.com
للاستفسار الاتصال على الرقم ٠٧٨٠٠٣٠٠٢٠١
من الساعة ٨ صباحًا إلى الساعة ٥ عصرًا.
آخر موعد لتسلم القصائد ١/١١/٢٠٢١م.





اللهم عجل لوليك الفرج

تقيم

الأمانة العامة للعتبة الكاظمية المقدسة

المؤتمر العلمي الدولي السنوي العاشر

تحت شعار

القضية المهدوية

بين فلسفة الانتظار وتحديات الظهور

للمدة من ١٠ـ١١/١٢/٢٠٢١ م

ترسل الملخصات والبحوث إلى البريد الإلكتروني:

Jawadain10@gmail.com

للاستفسار الاتصال على الأرقام 07901524538 / 07800300201

من الساعة ٨ صباحًا إلى الساعة ٥ عصرًا.